МЕНЮ

День 1

ЗАВТРАК

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Суп молочный с рисовой	200	125,00	200	125,00	200	125,00
Какао с молоком	200	56,00	200	42,00	200	64,00
Яблоко (груша,банан, апельсин, мандарин)			100	47,00	100	47,00
Бутерброд с маслом			33	111,00	54	164,00
Хлеб пшеничный	15	33,76				
Итого	415	214,76	533	325,00	554	400,00

2 ЗАВТРАК

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Сок	100	37,50	200	75,00	200	75,00
Итого	100	37,50	200	75,00	200	75,00

ОБЕД

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Салат из свеклы с луком	60	60,75	80	81,00	100	101,25
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом	200	100,80	250	126,00	250	126,00
Горбуша, тушеная в томате с овощами	85	80,14	130	109,55	180	151,68
Пюре картофельное	130	138,45	180	191,70	180	191,70
Кисель из апельсин	180	71,00	180	75,00	200	90,00
Хлеб пшеничный	20	36,01	30	67,51	40	90,03
Хлеб ржаной	30	60,00	55	110,00	80	160,00
Итого	705	547,15	905	760,76	1030	910,66

ПОЛДНИК

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Сок	180	66,60				
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное			200	108,00	200	120,00
Булочка дорожная	100	406,60	40	162,64	60	243,96
Яблоко (груша,банан, апельсин, мандарин)	90	42,00	100	47,00	100	47,00
Итого	370	515,20	340	317,64	360	410,96

УЖИН

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Салат из отварной моркови с зеленым горошком	60	63,60	80	84,80	100	106,00
Бефстроганов	70	169,40	100	242,00	100	242,00
Макаронные изделия отварные с овощами	130	160,00	150	183,46	210	256,84
Чай с сахаром	200	24,00	200	42,00	200	31,00
Хлеб пшеничный	15	33,76	30	67,51	40	90,03
Хлеб ржаной	20	40,00	25	50,00	40	80,00
Итого	495	490,76	585	669,77	690	805,87

2 УЖИН

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Кисломолочный продукт	150	79,50	150	79,50	180	95,40
Сушки,бублики, баранки, сухарики, батон, хлеб пшеничный	20	67,80	50	169,50	50	169,50
Итого	170	147,30	200	249,00	230	264,90

Директор О.А. Каратаева

КГБУ СО Центр семьи "Канский"

МЕНЮ

День 2

ЗАВТРАК

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Омлет натуральный	200	246,00	200	246,00	200	246,00
Кофейный напиток с молоком	200	71,00	200	48,00	200	74,00
Бутерброд с сыром	25	71,00				
Яблоко (груша,банан, апельсин, мандарин)			75	35,63	75	35,63
Бутерброд с маслом и сыром			50	173,00	80	259,00
Итого	425	388,00	525	502,63	555	614,63

2 ЗАВТРАК

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Сок	100	37,50	200	75,00	200	75,00
Итого	100	37,50	200	75,00	200	75,00

ОБЕД

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Овощи натуральные соленые консервированные или помидоры (огурцы) свежие	60	7,80	100	13,00	100	13,00
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной, с мясом	200	104,80	250	131,00	250	131,00
Жаркое по-домашнему	150	178,50	180	214,20	200	238,00
Компот из смеси сухофруктов	180	60,00	200	64,00	200	76,00
Хлеб пшеничный	20	36,01	30	67,51	40	90,03
Хлеб ржаной	30	60,00	55	110,00	80	160,00
Итого	640	447,11	815	599,71	870	708,03

ПОЛДНИК

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Компот из свежих плодов, яблок	200	43,00	200	43,00	200	47,00
Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	55	229,35	35	145,95	55	278,00
Яблоко (груша,банан, апельсин, мандарин)	90	42,00	100	47,00	100	47,00
Итого	345	314,35	335	235,95	355	372,00

УЖИН

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Винегрет овощной	60	75,60	60	75,60	100	126,00
Плов из птицы	150	243,00	200	324,00	275	471,00
Чай с лимоном	200	26,00	200	28,00	200	33,00
Хлеб пшеничный	20	36,01	30	67,51	60	135,05
Хлеб ржаной	20	40,00	25	50,00	40	80,00
Итого	450	420,61	515	545,11	675	845,05

2 УЖИН

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Кисломолочный продукт	150	79,50	150	79,50	180	95,40
Сушки,бублики, баранки, сухарики, батон, хлеб пшеничный	20	67,80	50	169,50	50	169,50
Итого	170	147,30	200	249,00	230	264,90

Директор О.А. Каратаева

КГБУ СО Центр семьи "Канский"

МЕНЮ

День 3

ЗАВТРАК

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Каша жидкая молочная овсянння	200	264,00	200	264,00	200	264,00
Какао с молоком	200	56,00	200	42,00	200	64,00
Хлеб пшеничный	15	33,76				
Яблоко (груша,банан, апельсин, мандарин)			100	47,00	100	47,00
Бутерброд с маслом			33	111,00	54	164,00
Итого	415	353,76	533	464,00	554	539,00

2 ЗАВТРАК

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Сок	100	37,50	200	75,00	200	75,00
Итого	100	37,50	200	75,00	200	75,00

ОБЕД

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Салат картофельный с кукурузой (зеленым горошком)	60	88,20	100	147,00	100	147,00
Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы	200	128,80	250	161,00	250	161,00
Капуста тушеная с мясом	150	117,86	210	165,00	245	244,00
Кисель из апедьсин	180	71,00	180	75,00	200	90,00
Хлеб пшеничный	20	36,01	30	67,51	40	90,03
Хлеб ржаной	30	60,00	55	110,00	80	160,00
Итого	640	501,87	825	725,51	915	892,03

ПОЛДНИК

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Сок	180	66,60				
Компот из смеси сухофруктов			200	64,00	200	76,00
Пирожок печеный с капустой	80	196,00	40	98,00	50	122,50
Яблоко (груша,банан, апельсин, мандарин)	90	42,00	100	47,00	100	47,00
Итого	350	305	340	209	350	246

УЖИН

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Салат из свеклы с чесноком	60	61,50	100	102,50	100	102,50
Запеканка картофельная с печенью или мясом	150	210,75	200	281,00	200	281,00
Соус сметанный	45	75,93	20	33,75	20	33,75
Чай с молоком	200	37,00	200	43,00	200	57,00
Хлеб пшеничный	15	33,76	30	67,51	40	90,03
Хлеб ржаной	20	40,00	25	50,00	40	80,00
Итого	490	458,94	575	577,76	600	644,28

2 УЖИН

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Кисломолочный продукт	150	79,50	150	79,50	180	95,40
Сушки,бублики, баранки, сухарики, батон, хлеб пшеничный	20	67,80	50	169,50	50	169,50
Итого	170	147,30	200	249,00	230	264,90

Директор О.А. Каратаева

КГБУ СО Центр семьи "Канский"

МЕНЮ

День 4

ЗАВТРАК

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Запеканка из творога с молоком сгущенным	150	334,00	200	447,00	250	561,00
Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	30	125,10				
Кофейный напиток с молоком	200	71,00	200	48,00	200	31,00
Хлеб пшеничный	20	36,01				
Яблоко (груша,банан, апельсин, мандарин)			75	35,63	75	35,63
Бутерброд с маслом			33	111,00	54	164,00
Итого	400	566,11	508	641,63	579	791,63

2 ЗАВТРАК

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Сок	100	37,50	200	75,00	200	75,00
Итого	100	37,50	200	75,00	200	75,00

ОБЕД

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Салат из свеклы с сыром и чесноком	60	84,00	80	112,00	100	140,00
Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	200	136,80	250	171,00	250	171,00
Котлеты или биточки из горбуши	70	79,34	90	102,00	120	136,00
Рис отварной с овощами	150	205,00	150	205,00	180	246,00
Компот из смеси сухофруктов	180	60,00	200	64,00	200	76,00
Хлеб пшеничный	20	36,01	30	67,51	40	90,03
Хлеб ржаной	30	60,00	55	110,00	80	160,00
Итого	710	661,15	855	831,51	970	1019,03

ПОЛДНИК

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	180	108,00	200	108,00	200	120,00
Сушки,бублики, баранки, сухарики, батон, хлеб пшеничный	20	67,80	30	101,70	50	169,50
Яблоко (груша,банан, апельсин, мандарин)	90	42,00	100	47,00	100	47,00
Итого	290	217,80	330	256,70	350	336,50

УЖИН

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Томаты в собственном соку	50	13,00	80	20,80	100	26,00
Голубцы ленивые	150	221,00	150	221,00	210	309,40
Соус томатный	20	10,00	20	10,00	30	15,00
Чай с сахаром	200	24,00	200	26,00	200	31,00
Хлеб пшеничный	15	33,76	30	67,51	40	90,03
Хлеб ржаной	20	40,00	25	50,00	40	80,00
Итого	455	341,76	505	395,31	620	551,43

2 УЖИН

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Кисломолочный продукт	150	79,50	150	79,50	180	95,40
Сушки,бублики, баранки, сухарики, батон, хлеб пшеничный	20	67,80	50	169,50	50	169,50
Итого	170	147,30	200	249,00	230	264,90

Директор _____ О.А. Каратаева

КГБУ СО Центр семьи "Канский"

МЕНЮ

День 5

ЗАВТРАК

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Суп молочный с макаронными изделиями	150	106,50	200	142,00	200	142,00
Яйцо отварное	40	63,00				
Какао с молоком	200	56,00	200	42,00	200	64,00
Бутерброд с сыром	25	71,00				
Яблоко (груша,банан, апельсин, мандарин)			75	35,63	75	35,63
Бутерброд с маслом и сыром			50	173,00	80	259,00
Итого	415	296,50	525	392,63	555	500,63

2 ЗАВТРАК

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Сок	100	37,50	200	75,00	200	75,00
Итого	100	37,50	200	75,00	200	75,00

ОБЕД

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Салат из отварной моркови с зеленым горошком	60	63,60	80	84,80	100	106,00
Свекольник со сметаной, с мясом	200	113,00	250	141,25	250	141,25
Котлеты, биточки, шницели из говядины	70	181,30	90	233,10	120	310,80
Соус сметанный	45	75,93	20	33,75	20	33,75
Каша гречневая рассыпчатая	150	275,83	150	275,83	180	331,00
Компот из смеси сухофруктов	180	60,00	200	64,00	200	76,00
Хлеб пшеничный	20	36,01	30	67,51	40	90,03
Хлеб ржаной	30	60,00	55	110,00	80	160,00
Итого	755	865,67	875	1010,24	990	1248,83

ПОЛДНИК

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	180	108,00	200	108,00	200	120,00
Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	55	229,35	35	145,95	55	278,00
Яблоко (груша,банан, апельсин, мандарин)	90	42,00	100	47,00	100	47,00
Итого	325	379,35	335	300,95	355	445,00

УЖИН

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Кукуруза с яйцом и луком	60	98,40	100	164,00	100	164,00
Минтай, запеченный под молочным соусом	70	91,70	100	131,00	120	157,20
Картофель отварной	130	131,71	180	182,36	180	182,36
Чай с лимоном	200	26,00	200	28,00	200	33,00
Хлеб пшеничный	15	33,76	30	67,51	40	90,03
Хлеб ржаной	20	40,00	25	50,00	40	80,00
Итого	495	421,57	635	622,87	680	706,59

2 УЖИН

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Кисломолочный продукт	150	79,50	150	79,50	180	95,40
Сушки,бублики, баранки, сухарики, батон, хлеб пшеничный	20	67,80	50	169,50	50	169,50
Итого	170	147,30	200	249,00	230	264,90

Директор _____ О.А. Каратаева

КГБУ СО Центр семьи "Канский"

МЕНЮ

День 6

ЗАВТРАК

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Омлет натуральный	200	246,00	200	246,00	200	246,00
Кофейный напиток с молоком	200	71,00	200	48,00	200	74,00
Хлеб пшеничный	15	33,76				
Яблоко (груша,банан, апельсин, мандарин)			100	47,00	100	47,00
Бутерброд с маслом			33	111,00	54	164,00
Итого	415	350,76	533	452,00	554	531,00

2 ЗАВТРАК

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Сок	100	37,50	200	75,00	200	75,00
Итого	100	37,50	200	75,00	200	75,00

ОБЕД

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Томаты в собственном соку	50	13,00	60	15,60	100	26,00
Суп картофельный с бобовыми с мясом	200	117,60	250	147,00	250	147,00
Рагу овощное с мясом	150	222,00	200	296,00	200	296,00
Кисель из апельсин	180	71,00	180	75,00	200	90,00
Хлеб пшеничный	20	36,01	30	67,51	40	90,03
Хлеб ржаной	30	60,00	55	110,00	80	160,00
Итого	630	519,61	775	711,11	870	809,03

ПОЛДНИК

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Компот из смеси сухофруктов	180	60,00	200	64,00	200	76,00
Запеканка из творога с молоком сгущенным	150	334,00	200	447,00	250	561,00
Итого	330	394,00	400	511,00	450	637,00

УЖИН

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Винегрет овощной	60	75,60	60	75,60	100	126,00
Курица в соусе с томатом	70	60,19	120	103,19	120	103,19
Макаронные изделия отварные с овощами	130	160,00	150	183,46	210	256,84
Чай с молоком	200	37,00	200	43,00	200	57,00
Хлеб пшеничный	15	33,76	30	67,51	40	90,03
Хлеб ржаной	20	40,00	25	50,00	40	80,00
Итого	495	406,55	585	522,76	710	713,06

2 УЖИН

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Кисломолочный продукт	150	79,50	150	79,50	180	95,40
Сушки,бублики, баранки, сухарики, батон, хлеб пшеничный	20	67,80	50	169,50	50	169,50
Итого	170	147,30	200	249,00	230	264,90

Директор О.А. Каратаева

КГБУ СО
Центр семьи
"Канский"

МЕНЮ

День 7

ЗАВТРАК

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Каша жидкая молочная пшеничная	200	264,00	200	264,00	200	264,00
Какао с молоком	200	56,00	200	42,00	200	64,00
Хлеб пшеничный	15	33,76				
Яблоко (груша,банан, апельсин, мандарин)			100	46,67	100	46,67
Бутерброд с маслом			33	111,00	54	164,00
Итого	415	353,76	533	463,67	554	538,67

2 ЗАВТРАК

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Сок	100	37,50	200	75,00	200	75,00
Итого	100	37,50	200	75,00	200	75,00

ОБЕД

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Салат из свеклы с сыром и чесноком	60	84,00	80	112,00	100	140,00
Суп картофельный с крупой с мясом птицы	200	124,00	250	155,00	250	155,00
Горбуша, тушеная в томате с овощами	70	66,00	130	109,55	180	151,68
Пюре картофельное	130	138,45	180	191,70	180	191,70
Компот из смеси сухофруктов/компот из плодов или ягод сушеных	180	60,00	200	64,00	200	76,00
Хлеб пшеничный	20	36,01	30	67,51	40	90,03
Хлеб ржаной	30	60,00	55	110,00	80	160,00
Итого	690	568,46	925	809,76	1030	964,41

ПОЛДНИК

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	180	108,00	200	108,00	200	120,00
Яблоко (груша,банан, апельсин, мандарин)	90	42,00	100	47,00	100	47,00
Мини-пирог с творожной начинкой	80	228,00	40	114,00	50	142,50
Итого	350	378,00	340	269,00	350	309,50

УЖИН

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Салат из отварной моркови	60	35,40	80	47,20	100	59,00
Тефтели из говядины с рисом	70	172,20	90	221,40	120	295,20
Капуста тушеная	130	71,50	180	99,00	180	99,00
Чай с сахаром	200	24,00	200	26,00	200	31,00
Хлеб пшеничный	15	33,76	30	67,51	40	90,03
Хлеб ржаной	20	40,00	25	50,00	40	80,00
Итого	495	376,86	605	511,11	680	654,23

2 УЖИН

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Кисломолочный продукт	150	79,50	150	79,50	180	95,40
Сушки,бублики, баранки, сухарики, батон, хлеб пшеничный	20	67,80	50	169,50	50	169,50
Итого	170	147,30	200	249,00	230	264,90

Директор _____ О.А. Каратаева

КГБУ СО Центр семьи "Канский"

МЕНЮ

День 8

ЗАВТРАК

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Каша жидкая молочная манная	200	264,00	200	264,00	200	264,00
Кофейный напиток с молоком	200	71,00	200	48,00	200	74,00
Бутерброд с сыром	25	71,00				
Яблоко (груша,банан, апельсин, мандарин)			75	35,63	75	35,63
Бутерброд с маслом и сыром			50	173,00	80	259,00
Итого	425	406,00	525	520,63	555	632,63

2 ЗАВТРАК

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Сок	100	37,50	200	75,00	200	75,00
Итого	100	37,50	200	75,00	200	75,00

ОБЕД

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Томаты в собственном соку	50	13,00	60	15,60	100	26,00
Суп "Харчо" с мясом	200	110,00	250	137,50	250	137,50
Жаркое по-домашнему	150	178,50	180	214,20	200	238,00
Кисель из апельсин	180	71,00	180	75,00	200	90,00
Хлеб пшеничный	20	36,01	30	67,51	40	90,03
Хлеб ржаной	30	60,00	55	110,00	80	160,00
Итого	630	468,51	755	619,81	870	741,53

ПОЛДНИК

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Компот из свежих плодов, яблок	200	43,00	200	43,00	200	47,00
Яблоко (груша,банан, апельсин, мандарин)	90	42,00	30	101,70	50	169,50
Булочка с сахаром	80	222,40	100	47,00	100	47,00
Итого	370	307,40	330	191,70	350	263,50

УЖИН

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Салат из свеклы с луком	60	60,75	80	81,00	100	101,25
Поджарка из минтая	85	61,00	90	91,80	120	122,40
Рис отварной с овощами	150	205,00	150	205,00	180	246,00
Чай с лимоном	200	26,00	200	28,00	200	33,00
Хлеб пшеничный	15	33,76	30	67,51	40	90,03
Хлеб ржаной	20	40,00	25	50,00	40	80,00
Итого	530	426,51	575	523,31	680	672,68

2 УЖИН

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Кисломолочный продукт	150	79,50	150	79,50	180	95,40
Сушки,бублики, баранки, сухарики, батон, хлеб пшеничный	20	67,80	50	169,50	50	169,50
Итого	170	147,30	200	249,00	230	264,90

Директор О.А. Каратаева

КГБУ СО Центр семьи "Канский"

МЕНЮ

День 9

ЗАВТРАК

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Омлет натуральный	200	246,00	200	246,00	200	246,00
Бутерброд с сыром	25	71,00				
Какао с молоком	200	56,00	200	42,00	200	64,00
Бутерброд с маслом и сыром			50	173,00	80	259,00
Яблоко (груша,банан, апельсин, мандарин)			75	35,63	75	35,63
Итого	425	373,00	525	496,63	555	604,63

2 ЗАВТРАК

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Сок	100	37,50	200	75,00	200	75,00
Итого	100	37,50	200	75,00	200	75,00

ОБЕД

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Овощи натуральные соленые консервированные или помидоры (огурцы) свежие	60	7,80	100	13,00	100	13,00
Суп картофельный с бобовыми с мясом	200	117,60	250	147,00	250	147,00
Гуляш	70	142,91	90	183,74	120	245,00
Макаронные изделия отварные с овощами	130	160,00	150	183,46	210	256,84
Компот из смеси сухофруктов	180	60,00	200	64,00	200	76,00
Хлеб пшеничный	20	36,01	30	67,51	40	90,03
Хлеб ржаной	30	60,00	55	110,00	80	160,00
Итого	690	584,32	875	768,71	1000	987,87

ПОЛДНИК

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	180	108,00	200	108,00	200	120,00
Булочка дорожная	100	360,00	40	144,00	60	216,00
Яблоко (груша,банан, апельсин, мандарин)	90	42,00	100	47,00	100	47,00
Итого	370	510,00	340	299,00	360	383,00

УЖИН

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Салат из отварной свеклы с зеленым горошком	60	66,60	80	88,80	100	111,00
Котлеты или биточки из горбуши	70	79,34	90	102,00	120	136,00
Картофель отварной	130	131,71	180	182,36	180	182,36
Чай с молоком	200	37.00	200	43,00	200	57,00
Хлеб пшеничный	15	33,76	30	67,51	40	90,03
Хлеб ржаной	30	60,00	25	50,00	40	80,00
Итого	505	371,41	605	533,67	680	656,39

2 УЖИН

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Кисломолочный продукт	150	79,50	150	79,50	180	95,40
Сушки,бублики, баранки, сухарики, батон, хлеб пшеничный	20	67,80	50	169,50	50	169,50
Итого	170	147,30	200	249,00	230	264,90

Директор _____ О.А. Каратаева

КГБУ СО Центр семьи "Канский"

МЕНЮ

День 10

ЗАВТРАК

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Суп молочный с макаронными изделиями	150	106,50	200	142,00	200	142,00
Яйцо отварное	40	63,00	40	63,00	40	63,00
Кофейный напиток с молоком	200	71,00	200	48,00	200	74,00
Бутерброд с сыром	25	71,00				
Яблоко (груша,банан, апельсин, мандарин)			75	35,63	75	35,63
Бутерброд с маслом и сыром			50	173,00	80	259,00
Итого	415	311,50	565	461,63	595	573,63

2 ЗАВТРАК

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Сок	100	37,50	200	75,00	200	75,00
Итого	100	37,50	200	75,00	200	75,00

ОБЕД

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Овощи натуральные соленые консервированные или помидоры (огурцы) свежие	60	7,80	100	13,00	100	13,00
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом птицы	200	109,00	250	136,25	250	136,25
Минтай, тушеный в томате с овощами	85	80,14	130	109,55	180	151,68
Пюре картофельное	130	138,45	180	191,70	180	191,70
Компот из смеси сухофруктов	180	60,00	200	64,00	200	76,00
Хлеб пшеничный	20	36,01	30	67,51	40	90,03
Хлеб ржаной	30	60,00	55	110,00	80	160,00
Итого	705	491,40	945	692,01	1030	818,66

ПОЛДНИК

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	180	108,00	200	108,00	200	120,00
Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	55	229,35	35	145,95	55	278,00
Яблоко (груша,банан, апельсин, мандарин)	90	42,00	100	47,00	100	47,00
Итого	325	379,35	335	300,95	355	445,00

УЖИН

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Винегрет овощной	60	75,60	60	75,60	100	126,00
Плов с мясом	200	282,00	200	282,00	265	339,68
Чай с сахаром	200	24,00	200	26,00	200	31,00
Хлеб пшеничный	20	36,01	30	67,51	40	90,03
Хлеб ржаной	20	40,00	25	50,00	40	80,00
Итого	500	457,61	515	501,11	645	666,71

2 УЖИН

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Кисломолочный продукт	150	79,50	150	79,50	180	95,40
Сушки,бублики, баранки, сухарики, батон, хлеб пшеничный	20	67,80	50	169,50	50	169,50
Итого	170	147,30	200	249,00	230	264,90

Директор О.А. Каратаева

КГБУ СО Центр семьи "Канский"

МЕНЮ

День 11

ЗАВТРАК

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Пудинг из творога с молоком сгущенным	180	428,00	230	533,00	270	627,00
Какао с молоком	200	56,00	200	42,00	200	64,00
Хлеб пшеничный	20	36,01				
Яблоко (груша,банан, апельсин, мандарин)			75	35,63	75	35,63
Бутерброд с маслом			33	111,00	54	164,00
Итого	400	520,01	538	721,63	599	890,63

2 ЗАВТРАК

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Сок	100	37,50	200	75,00	200	75,00
Итого	100	37,50	200	75,00	200	75,00

ОБЕД

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Кукуруза с яйцом и луком	60	98,40	100	164,00	100	164,00
Суп с рисовой крупой и рыбными консервами	180	109,44	250	152,00	250	152,00
Капуста тушеная с птицей	150	123,00	200	187,00	280	328,74
Сок	180	66,60	200	64,00	200	76,00
Хлеб пшеничный	20	36,01	30	67,51	40	90,03
Хлеб ржаной	30	60,00	55	110,00	80	160,00
Итого	620	493,45	835	744,51	950	970,77

ПОЛДНИК

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	180	108,00	200	108,00	200	120,00
Крендель кружевной	80	221,15	40	110,58	50	138,22
Яблоко (груша,банан, апельсин, мандарин)	90	42,00	100	47,00	100	47,00
Итого	350	371,15	340	265,58	350	305,22

УЖИН

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Салат из отварной моркови	60	35,40	80	47,20	100	59,00
Азу	150	206,12	200	274,82	200	274,82
Чай с лимоном	200	26,00	200	28,00	200	33,00
Хлеб пшеничный	20	36,01	30	67,51	60	135,05
Хлеб ржаной	20	40,00	25	50,00	40	80,00
Итого	450	343,53	535	467,53	600	581,87

2 УЖИН

	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
Наименование блюда	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Кисломолочный продукт	150	79,50	150	79,50	180	95,40
Сушки,бублики, баранки, сухарики, батон, хлеб пшеничный	20	67,80	50	169,50	50	169,50
Итого	170	147,30	200	249,00	230	264,90

Директор О.А. Каратаева

КГБУ СО Центр семьи "Канский"

МЕНЮ

День 12

ЗАВТРАК

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Суп молочный с ячневой крупой	200	125,00	200	125,00	200	125,00
Кофейный напиток с молоком	200	71,00	200	48,00	200	74,00
Бутерброд с сыром	25	71,00				
Яблоко (груша,банан, апельсин, мандарин)			75	35,63	75	35,63
Бутерброд с маслом и сыром			50	173,00	80	259,00
Итого	425	267,00	525	381,63	555	493,63

2 ЗАВТРАК

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Сок	100	37,50	200	75,00	200	75,00
Итого	100	37,50	200	75,00	200	75,00

ОБЕД

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	60	59,40	100	99,00	100	99,00
Суп из овощей со сметаной, с мясом	200	97,60	250	122,00	250	122,00
Печень говяжья по-строгановски	80	154,91	120	232,36	120	232,36
Макаронные изделия отварные с овощами	130	160,00	150	183,46	210	256,84
Кисель из апельсин	180	71,00	180	75,00	200	90,00
Хлеб пшеничный	20	36,01	30	67,51	40	90,03
Хлеб ржаной	30	60,00	55	110,00	80	160,00
Итого	700	638,92	885	889,33	1000	1050,23

ПОЛДНИК

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	180	108,00	200	108,00	200	120,00
Мини-пирог с творожной начинкой	80	276,80	40	138,40	50	173,00
Яблоко (груша,банан, апельсин, мандарин)	90	42,00	100	47,00	100	47,00
Итого	350	426,80	340	293,40	350	340,00

УЖИН

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Салат из свеклы с чесноком	60	61,50	100	102,50	100	102,50
Горбуша, запеченная под молочным соусом	70	91,70	100	131,00	120	157,20
Пюре картофельное	130	138,45	180	191,70	180	191,70
Чай с молоком	200	37.00	200	43,00	200	57,00
Хлеб пшеничный	15	33,76	30	67,51	40	90,03
Хлеб ржаной	20	40,00	25	50,00	40	80,00
Итого	495	365,41	635	585,71	680	678,43

2 УЖИН

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Кисломолочный продукт	150	79,50	150	79,50	180	95,40
Сушки,бублики, баранки, сухарики, батон, хлеб пшеничный	20	67,80	50	169,50	50	169,50
Итого	170	147,30	200	249,00	230	264,90

Директор О.А. Каратаева

КГБУ СО Центр семьи "Канский"

МЕНЮ

День 13

ЗАВТРАК

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Запеканка из творога с молоком сгущенным	150	334,00	200	447,00	250	561,00
Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	30	125,10				
Какао с молоком	200	56,00	200	42,00	200	64,00
Хлеб пшеничный	20	36,01				
Яблоко (груша,банан, апельсин, мандарин)			75	35,63	75	35,63
Бутерброд с маслом			33	111,00	54	164,00
Итого	400	551,11	508	635,63	579	824,63

2 ЗАВТРАК

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Сок	100	37,50	200	75,00	200	75,00
Итого	100	37,50	200	75,00	200	75,00

ОБЕД

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Овощи натуральные соленые консервированные или помидоры (огурцы) свежие	60	7,80	100	13,00	100	13,00
Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы	200	128,80	250	161,00	250	161,00
Рагу овощное с мясом	150	222,00	200	296,00	200	296,00
Компот из смеси сухофруктов	180	60,00	200	64,00	200	76,00
Хлеб пшеничный	20	36,01	30	67,51	40	90,03
Хлеб ржаной	30	60,00	55	110,00	80	160,00
Итого	640	514,61	835	711,51	870	796,03

ПОЛДНИК

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Сок	180	66,60				
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное			200	108,00	200	120,00
Яблоко (груша,банан, апельсин, мандарин)	90	42,00	100	47,00	100	47,00
Сушки,бублики, баранки, сухарики, батон, хлеб пшеничный	20	67,80	30	101,70	50	169,50
Итого	290	176,40	330	256,70	350	336,50

УЖИН

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Винегрет овощной	60	75,60	60	75,60	100	126,00
Котлеты или биточки из минтая	70	79,34	90	102,00	120	136,00
Рис отварной с овощами	150	205,00	150	205,00	180	246,00
Чай с сахаром	200	24,00	200	26,00	200	31,00
Хлеб пшеничный	15	33,76	30	67,51	40	90,03
Хлеб ржаной	20	40,00	25	50,00	40	80,00
Итого	515	457,70	555	526,11	680	709,03

2 УЖИН

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Кисломолочный продукт	150	79,50	150	79,50	180	95,40
Сушки,бублики, баранки, сухарики, батон, хлеб пшеничный	20	67,80	50	169,50	50	169,50
Итого	170	147,30	200	249,00	230	264,90

Директор _____ О.А. Каратаева

КГБУ СО Центр семьи "Канский"

МЕНЮ

День 14

ЗАВТРАК

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Каша жидкая молочная пшенная	200	264,00	200	264,00	200	264,00
Кофейный напиток с молоком	200	71,00	200	48,00	200	74,00
Бутерброд с сыром	25	71,00				
Яблоко (груша,банан, апельсин, мандарин)			75	35,63	75	35,63
Бутерброд с маслом и сыром			50	173,00	80	259,00
Итого	425	406,00	525	520,63	555	632,63

2 ЗАВТРАК

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Сок	100	37,50	200	75,00	200	75,00
Итого	100	37,50	200	75,00	200	75,00

ОБЕД

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Томаты в собственном соку	50	13,00	60	15,60	100	26,00
Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	200	136,80	250	171,00	250	171,00
Птица отварная	70	148,00	90	190,00	120	253,00
Каша гречневая рассыпчатая	150	275,83	150	275,83	180	331,00
Компот из смеси сухофруктов	180	60,00	200	64,00	200	76,00
Хлеб пшеничный	20	36,01	30	67,51	40	90,03
Хлеб ржаной	30	60,00	55	110,00	80	160,00
Итого	700	729,64	835	893,94	970	1107,03

ПОЛДНИК

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Кисломолочный продукт	150	79,50				
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное			200	108,00	200	120,00
Яблоко (груша,банан, апельсин, мандарин)	90	42,00	100	47,00	100	47,00
Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	55	229,35	35	145,95	55	278,00
Итого	295	350,85	335	300,95	355	445,00

УЖИН

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Салат картофельный с кукурузой (зеленым горошком)	60	88,20	100	147,00	100	147,00
Голубцы ленивые	150	221,00	150	221,00	210	309,40
Соус томатный	20	10,00	20	10,00	30	15,00
Чай с лимоном	200	26,00	200	28,00	200	33,00
Хлеб пшеничный	15	33,76	30	67,51	40	90,03
Хлеб ржаной	20	40,00	25	50,00	40	80,00
Итого	465	418,96	525	523,51	620	674,43

2 УЖИН

Наименование блюда	3-7 лет		8-11 лет		12-18 лет	
	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)	Выход блюда, грамм	Эн/ц (ккал)
Кисломолочный продукт	150	79,50	150	79,50	180	95,40
Сушки,бублики, баранки, сухарики, батон, хлеб пшеничный	20	67,80	50	169,50	50	169,50
Итого	170	147,30	200	249,00	230	264,90

Директор _____ О.А. Каратаева