

## Льготная категория

День: понедельник

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов (возраст 7-11 лет)

1 вариант

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			ЭЦ
	(гр./мл.)	Б	Ж	У	(ккал.)
<b>Обед</b>					
Салат картофельный с зеленым горошком	60	1,00	3,10	5,40	54,00
Борщ "Украинский" со сметаной	250/10	1,07	3,79	24,53	101,00
Плов по-узбекски из говядины	200	18,23	21,29	38,15	485,00
Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный (с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35
Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80
Фрукты свежие (мандарины)	100	0,80	0,80	11,00	38,00
<b>Итого:</b>	<b>795</b>	<b>25,225</b>	<b>29,5265</b>	<b>121,756</b>	<b>874,15</b>



День: вторник

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов (возраст 7-11 лет)

1 вариант

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			ЭЦ
	(гр./мл.)	Б	Ж	У	(ккал.)
<b>Обед</b>					
Салат из белокачанной капусты с морковью	60	0,76	3,06	4,14	48,00
Рассольник Ленинградский (с перл. крупой, мясом и сметаной)	250/15/10	6,87	7,02	20,40	132,00
Котлета любительская (минтай)	100	10,20	8,75	6,00	261,00
Картофель запеченный по-деревенски	150	3,20	8,40	21,86	184,93
Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный (с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35
Напиток апельсиновый	200	0,20	0,00	25,70	104,00
Фрукты свежие (яблоко)	200	0,96	0,24	33,00	42,00
<b>Итого:</b>	<b>1025</b>	<b>26,32</b>	<b>28,02</b>	<b>134,58</b>	<b>887,28</b>



День: среда

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов (возраст 7-11 лет)

1 вариант

Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
		Б	Ж	У	
<b>Обед</b>					
Сельдь с/с с яйцом и луком зеленым	60	3,10	5,10	8,26	77,40
Свекольник со сметаной	250/10	2,69	5,39	20,10	131,55
Жаркое по-домашнему (говядина)	200	16,90	16,12	30,33	399,00
Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный (с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35
Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80
<b>Итого:</b>	<b>795</b>	<b>26,82</b>	<b>27,16</b>	<b>101,37</b>	<b>804,10</b>



День: четверг

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов (возраст 7-11 лет)

1 вариант

Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
		Б	Ж	У	
<b>Обед</b>					
Винегрет овощной	60	0,84	5,06	3,96	73,80
Суп крестьянский с мясом и сметаной	250/15/10	2,60	5,30	14,30	116,00
Биточки по-селянски	105	10,70	8,50	9,07	212,00
Каша гречневая рассыпчатая	150	7,60	5,61	37,33	230,15
Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный (с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35
Компот из сухофруктов	200	0,90	0,20	25,00	94,00
Кисломолочный напиток (кефир)	200	2,50	2,50	21,70	45,00
<b>Итого:</b>	<b>1295</b>	<b>29,27</b>	<b>27,72</b>	<b>134,83</b>	<b>886,30</b>



День: пятница

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов (возраст 7-11 лет)

1 вариант

Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
		Б	Ж	У	
<b>Обед</b>					
Овощи свежие (огурец) порционно	60	1,30	0,06	0,56	8,00
Суп-пюре из разных овощей с пшен. сухариками	250/20	3,76	6,29	24,00	135,00
Сосиска отварная молочная	100	11,40	18,20	20,00	266,00
Рагу овощное	150	4,50	6,70	12,00	121,00
Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный (с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35
Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80
Фрукты свежие (банан)	250	1,80	0,40	18,80	46,00
<b>Итого:</b>	<b>1030</b>	<b>26,89</b>	<b>32,20</b>	<b>118,04</b>	<b>772,15</b>

