



		20	35	40	Хлеб ржано-пшеничный		20	35	40
<b>1 неделя, 2-ой день</b>									
Ас мазірі / Меню	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	Ингредиенты	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		
	Выход/гр.				Брутто/гр.				
Тэфтели мясные (говядина)	80	90	100	говядина фарш	69	78	87		
				хлеб пшеничный	11	12	13		
				молоко	16	18	20		
				лук репчатый	32	36	40		
				масло растительное	4	5	6		
Гарнир: гречка рассыпчатая	100	130	150	мука пшеничная	5	6	7		
				масло сливочное	4	5	5		
				крупа гречневая	48	62	71		
Мед пчелиный	10	10	10	масло сливочное	4	5	6		
				мед пчелиный	10	10	10		
Молоко	200	200	200	молоко	200	200	200		
Сузбеше	100	100	100	сузбеше	100	100	100		
Банан	200	200	200	банан	200	200	200		
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	хлеб ржано-пшеничный	20	35	40		
<b>1 неделя, 3-ий день</b>									
Ас мазірі / Меню	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	Ингредиенты	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		
	Выход /гр.				Брутто /гр.				
Суп рисовый	200/25	230/25	250/25	рис	10	10	15		
				морковь	15	20	20		
				лук репчатый	15	20	20		
				масло растительное	5	5	5		
				томатная паста	5	5	5		
Чай сладкий				картофель	50	60	80		
				говядина	54	54	54		
	200	200	200	чай	2	2	2		
			сахар	10	10	10			

Мед пчелиный	10	10	10	Мед пчелиный	10	10	10
Яблоко	200	200	200	яблоко	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	хлеб ржано-пшеничный	20	35	40

**1 неделя, 4-ый день**

Ас мазірі / Меню	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	Ингредиенты	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
	Выход /гр.				Брутто /гр.		
Котлеты рыбные	80	90	100	судак	107	120	133
				хлеб пшеничный	15	17	19
				молоко или вода	20	23	26
				сухари	7	8	9
Гарнир: картофельное пюре	100	130	150	масло растительное	11	12	13
				картофель	115	150	174
				молоко	17	22	26
				масло сливочное	2,5	3,25	3,75
Салат морковный	60	80	100	морковь	64	86	108
				сахар	4	5	6
				масло растительное	6	8	10
Сок натуральный	200	200	200	сок натуральный	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	хлеб ржано-пшеничный	20	35	40

**1 неделя, 5-ый день**

Ас мазірі / Меню	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	Ингредиенты	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
	Выход /гр.				Брутто /гр.		
Суп харчо	200/25	230/25	250/25	рис	15	17	18
				лук репчатый	19	22	24
				масло сливочное	8	9	10
				томатная паста	6	7	8
Чай сладкий	200	200	200	бульон	200	230	250
				говядина	54	54	54
				чай	2	2	2
Чай сладкий	200	200	200	сахар	10	10	10

Мед пчелиный	10	10	10	Мед пчелиный	10	10	10
Груша	200	200	200	груша	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	хлеб ржано-пшеничный	20	35	40

**2 неделя, 1-ый день**

Ас мазірі / Меню	7-10 лет			11-14 лет			15-18 лет		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет

**Выход гр.**

**Брутто /гр.**

Зразы рубленые	80	90	100	говядина фарш	60	68	76
				хлеб пшеничный	9	10	11
				молоко	12	14	16
				лук репчатый	35	40	45
				масло растительное	9	10	11
				яйца	5	6	7
				сухари	7	8	9
				рис	45	50	70
				масло сливочное	4	5	6
				Мед пчелиный	10	10	10
Салат из белокочанной капусты	60	80	100	капуста	58	78	98
				сахар	4	5	6
				масло растительное	4	5	6
				зелень	7	9	11
				чай	2	2	2
Чай сладкий	200	200	200	сахар	10	10	10
				сузбеше	100	100	100
Сузбеше	100	100	100	хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
				Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40

**2 неделя, 2-ой день**

Ас мазірі / Меню	7-10 лет			11-14 лет			15-18 лет		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет

**Выход/гр.**

**Брутто /гр.**

Суп с вермишелью	200/25	230/25	250/25	Ингредиенты	16	18	20
				вермишель	16	18	20
				морковь	11	13	14

Компот из смеси сухофруктов	200	200	200	лук репчатый	9	10	11
				масло растительное	4	5	5
				томатная паста	3	3	3
				бульон	191	220	240
				говядина	54	54	54
Мед пчелиный	10	10	10	сухофрукты	15	15	15
				сахар	20	20	20
Банан	200	200	200	мед пчелиный	10	10	10
				банан	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	хлеб ржано-пшеничный	20	35	40

**2 неделя, 3-ий день**

Ас мазірі / Меню	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	Ингредиенты	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
					Выход гр.		
Щи из свежей капусты	200	230	250	капуста свежая	69	79	86
				морковь	11	13	14
				лук репчатый	9	10	11
				томатная паста	3	3	3
				мука пшеничная	3	3	3
				масло растительное	4	5	5
				бульон	160	184	200
				говядина	54	54	54
				сметана	8	9,2	10
				свекла	8	8,3	10,9
Салат свекольный	60	80	100	масло растительное	8	11	14
				мед пчелиный	10	10	10
Мед пчелиный	10	10	10	мед пчелиный	10	10	10
				сок	200	200	200
Сок натуральный	200	200	200	сок	200	200	200
				хлеб ржано-пшеничный	20	35	40

**2 неделя, 4-ый день**

Ас мазірі / Меню	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	Ингредиенты	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
					Выход/гр.		

Рыба припущенная с соусом	75/50	75/50	75/50	2 неделя, 5-ый день				
	Минтай	лук репчатый	сметана	мука пшеничная	морковь	масло растительное	рис	
Гарнир: рис отварной	100	130	150	масло сливочное	45	4	50	70
Мед пчелиный	10	10	10	мед пчелиный	10	10	10	10
Яблоко	200	200	200	яблоко	200	200	200	200
Кисель	200	200	200	кисель	200	200	200	200
Хлеб ржанопшеничный	20	35	40	Хлеб ржанопшеничный	20	35	40	40

Ас мазірі / Меню	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	Ингредиенты			
	Выход гр.	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Суп из овощей	200/25	230/25	250/25	капуста	20	23	25
				лук репчатый	53	61	66
				картофель	8	9	10
				морковь	11	13	14
				горошек зеленый	9	10	11
				консервированный			
				масло растительное	4	5	5
				бульон	151	174	190
				говядина	54	54	54
				яблоки свежие	14	18	23
Салаг витаминный	60	80	100	помидоры свежие	18	24	29
				огурцы свежие	15	20	25
				морковь	11	15	19
				лимон для сока	6	8	10
				сахар	0,6	0,8	1

					масло растительное	12				
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40		Хлеб ржано-пшеничный	20		16		20
Чай сладкий	200	200	200		чай	2		2		2
					сахар	10		10		10