



УТВЕРЖДАЮ

Директор АНО «ССП»

Д.В.Уральский

2022г.

**МЕНЮ КОМПЛЕКСА ЗАВТРАКОВ 7-11 ЛЕТ В ТОМ ЧИСЛЕ С ОВЗ И ИНВАЛИДОВ  
(СЕЗОН — ЗИМА)  
с 10.01.2022 г.**

	<b>ЗАВТРАКИ 7-11 лет</b>	<b>Масса порции , г</b>	<b>ЭЦ ккал</b>	<b>Цена, руб.</b>
	<b>1 день</b>			
1	Каша пшеничная молочная жидкая 200/5	205	393,23	20,78
2	Масло сливочное (порциями)	10	74,8	9,09
3	Сыр (порциями)	20	73	15,91
4	Кофейный напиток	200	94,32	13,86
5	Хлеб пшеничный	20	47,6	1,05
6	Хлеб ржано - пшеничный обогащенный йодом	16	32,16	1,01
7	Фрукты свежие (апельсины)	140	70,5	12,60
	<b>Итого:</b>			<b>74,30</b>
	<b>2 день</b>			
1	Консервы овощные (огурцы соленые)	40	5,2	6,65
2	Сердце говяжье (отварное) тушеное в соусе 50/50	100	138	55,89
3	Каша гречневая вязкая 145/5	150	158	7,91
4	Чай с сахаром	200	34,11	1,69
5	Хлеб пшеничный	20	47,6	1,05
6	Хлеб ржано - пшеничный обогащенный йодом	16	32,16	1,01
	<b>Итого:</b>			<b>74,20</b>
	<b>3 день</b>			
1	Консервы овощные (кукуруза консервированная)	50	162,5	18,32
2	Котлеты рубленные из филе птицы	100	266	44,50
3	Макаронные изделия отварные	150	221	8,67
4	Кисель на натуральной основе витаминизированный	200	28,43	12,06
5	Хлеб пшеничный	17	40,46	0,89
6	Хлеб ржано - пшеничный обогащенный йодом	16	32,16	1,01
	<b>Итого:</b>			<b>85,45</b>
	<b>4 день</b>			
1	Салат из свеклы отварной с заправкой	60	45,87	3,55
2	Рыба припущенная (филе минтая)	100	118,79	59,58
3	Пюре картофельное	150	155	16,06
4	Чай с сахаром	200	34,11	1,69
5	Хлеб пшеничный	20	47,6	1,05
6	Хлеб ржаной йодированный	16	32,16	1,01
7	Фрукты свежие (яблоки)	120	50	11,54
	<b>Итого:</b>			<b>94,48</b>
	<b>5 день</b>			
1	Консервы овощные (огурцы соленые)	40	5,2	6,65
2	Котлеты, биточки из говядины и куриного филе	90	263,73	58,15
3	Капуста тушеная	150	118,2	21,38
4	Сок фруктовый	200	92	15,00
5	Хлеб пшеничный	20	47,6	1,05
6	Хлеб ржано - пшеничный обогащенный йодом	16	32,16	1,01
	<b>Итого:</b>			<b>103,24</b>

	6 день			
1	Консервы овощные (кукуруза консервированная)	50	162	18,32
2	Омлет натуральный	130	198,45	39,59
3	Сыр (порциями)	20	73	15,91
4	Масло сливочное (порциями)	10	74,8	9,09
5	Сок фруктовый	200	92	15,00
6	Хлеб пшеничный	50	95,2	2,62
7	Хлеб ржано - пшеничный обогащенный йодом	16	32,16	1,01
8	Кондитерское изделие печенье "Ромашка"	25	59,5	9,75
	Итого:			<b>111,29</b>
	7 день			
1	Капуста квашеная с зеленым горошком	50	50,03	11,23
2	Тефтели из говядины с томатным соусом 60/50	110	205	41,29
3	Картофель запеченный	150	159,27	18,69
4	Напиток из шиповника	200	50	8,12
5	Хлеб пшеничный	20	47,6	1,05
6	Хлеб ржано - пшеничный обогащенный йодом	16	32,16	1,01
7	Фрукты свежие (апельсины)	143	70,5	12,87
	Итого:			<b>94,26</b>
	8 день			
1	Каша рисовая молочная жидкая 200/5	205	186,23	17,20
2	Чай с сахаром	200	34,11	1,37
3	Масло сливочное (порциями)	10	74,8	9,09
4	Сыр (порциями)	20	73	15,91
5	Хлеб пшеничный	20	47,6	1,05
6	Хлеб ржано - пшеничный обогащенный йодом	16	32,16	1,01
7	Молоко 3,2% 1/200	200	116	24,67
	Итого:			<b>70,30</b>
	9 день			
1	Запеканка из творога с соусом шоколадным 130/30	160	469,85	70,45
2	Чай с сахаром	200	34,11	1,37
3	Хлеб пшеничный	35	82	1,83
4	Хлеб ржано - пшеничный обогащенный йодом	16	32,15	1,01
5	Фрукты свежие (яблоки)	120	59	11,54
	Итого:			<b>86,20</b>
	10 день			
1	Консервы овощные (огурцы соленые)	40	5,2	6,65
2	Гуляш из говядины 50/50	100	208,17	71,22
3	Пюре картофельное	150	155	16,06
4	Компот из свежемороженых ягод	200	66	6,93
5	Хлеб пшеничный	25,8	58	1,35
6	Хлеб ржано - пшеничный обогащенный йодом	16	32,16	1,01
	Итого:			<b>103,22</b>