





МЕНЮ

5 декабря 2022 г.

11-17 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	280	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	50	7,5	8	7,5	119
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	0,6	1,6	4,1	33
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	7,4	8,4	45,2	286
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,4	0,3	39,3	106
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		15	61
Итого				19,1	18,3	111,1	605
Обед							
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	0,8	3,1	2,4	41
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	6,7	9	10,3	149
2011	265	ПЛОВ	220	17,6	19	45,6	424
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,1	111
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	121
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,3	38,1	103
2011	43	ФРУКТЫ	153	0,9	0,2	8,1	43
2008		ЯБЛОКО	143	0,6	0,6	14	67
Итого				34,1	32,9	171	1059
Всего				53,2	51,2	282,1	1664

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Казанцева Н.Г.

Повар с м/о  Ляшенко А.В.



МЕНЮ

6 декабря 2022 г.

11-17 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
1997	474	КОТЛета ОСОБАЯ С МАСЛОМ	50	7,5	11,8	7,2	152
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,4	5,6	40,4	237
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,3	38,1	103
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	200	0,3		15,2	63
Итого				17,5	17,7	100,9	555
Обед							
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,6	0,1	1,9	12
2009	131	СВЕКОЛЬНИК	250	7,1	8,6	17,5	176
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	220	23	23,6	19,4	382
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,3	38,1	103
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	121
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		15	61
Итого				38,2	33,1	117,3	855
Всего				55,7	50,8	218,2	1410

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Казанцева Н.Г.

Повар с м/о  Ляшенко А.В.



МЕНЮ

7 декабря 2022 г.

11-17 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100	18,8	13	22,8	288
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	25	2	0,2	23,9	64
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,3	1,6	25,9	126
Итого				23,1	14,8	72,6	478
Обед							
2008	27	САЛАТ ИЗ СЫРА, ЯБЛОК И ОГУРЦОВ	100	9,3	21,7	3,1	247
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ	250/25	10,6	8,4	20,9	203
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	110	14,3	9,7	4,8	164
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,5	9,2	31,1	226
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,3	38,1	103
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	121
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,1	111
2008		ЯБЛОКО	113	0,5	0,5	11,1	53
Итого				46,7	50,5	161,6	1228
Всего				69,8	65,3	234,2	1706

Бухгалтер Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра Казанцева Н.Г.

Повар с м/о Ляшенко А.В.



МЕНЮ

8 декабря 2022 г.

11-17 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МАСЛОМ	70	13,2	11,4	9,6	193
2008	132	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕНЫЙ С ЛУКОМ	150	3,4	18,1	24,5	275
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/7	0,3		15,2	63
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,3	38,1	103
Итого				20,2	29,8	87,4	634
Обед							
2011		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ И ОГУРЦАМИ	100	1,1	5	6,9	77
2008	101	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	7,5	6,7	19,5	168
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100	15,4	12,7	3,1	189
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	30	0,6	3,4	1,5	46
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	8,3	9,5	53	330
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,3	38,1	103
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	121
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		15	61
2008		ЯБЛОКО	200	0,8	0,8	19,6	94
Итого				41,2	38,9	182,1	1189
Всего				61,4	68,7	269,5	1823

Бухгалтер Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра Казанцева Н.Г.

Повар с м/о Ляшенко А.В.



МЕНЮ

9 декабря 2022 г.

11-17 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	8,4	10,5	23,2	222
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50	3,2	9,5	20,1	178
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3	3,1	19,6	119
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,3	38,1	103
Итого				17,9	23,4	101	622
Обед							
2008	25	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	60	0,7	6,1	2,2	67
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ	250	5,5	6,8	10	124
2011	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С МАСЛОМ	100	16,7	23,2	20,1	326
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,5	9,2	31	225
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,3	38,1	103
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	121
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,1	111
2011	43	БАНАН	168	1,5	0,5	20,6	94
Итого				36,4	46,8	174,5	1171
Всего				54,3	70,2	275,5	1793

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Казанцева Н.Г.

Повар с м/о  Ляшенко А.В.