

12 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОДА

ОБУЧЕНИЕ ДИСТАНЦИОННО В СВЯЗИ С ЭКЗАМЕНОМ



МЕНЮ
13 сентября 2022 г.

11-17 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 7

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	272	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С МАСЛОМ	50	8,3	11,7	9,5	162
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,5	4,2	15,1	114
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,3	28,6	77
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	28,8	133
Итого				15	16,5	82	486
Обед							
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С ЗЕЛЕНЬЮ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	50	0,5	5	1,5	54
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	8	8,7	20,7	193
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	10,8	11,3	2,9	157
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,2	7,2	39,7	248
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,3	28,6	77
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	60
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		15	61
2008		ЯБЛОКО	143	0,6	0,6	14	67
Итого				30,8	33,4	135,1	917
Всего				45,8	49,9	217,1	1403

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Галиаскарова Р.Р.

Повар с м/о  Ляшенко А.В.



МЕНЮ
14 сентября 2022 г.

11-17 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 8

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	110	20,6	14,1	24,5	313
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3	3,1	19,6	119
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	25	2	0,2	23,9	64
Итого				25,6	17,4	68	496
Обед							
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,8	3	4,1	46
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ С МЯСОМ	250	7,4	6,7	19,9	170
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	70	10,2	9,7	10,8	157
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	30	0,6	1,7	1,7	24
2008	323	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	5,8	6	41,6	244
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	28,8	133
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,3	28,6	77
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	60
2008		ЯБЛОКО	148	0,6	0,6	14,5	70
Итого				30,6	28,6	162,7	981
Всего				56,2	46	230,7	1477

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Галиаскарова Р.Р.

Повар с м/о  Ляшенко А.В.

15 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОДА

ОБУЧЕНИЕ ДИСТАНЦИОННО В СВЯЗИ С ЭКЗАМЕНОМ




МЕНЮ

16 сентября 2022 г.

11-17 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 10

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
		КАША МОЛОЧНАЯ ДРУЖБА С С/М	200/10	5,3	11,7	27,9	237
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	7,1	9,1		113
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50	3,2	9,5	20,1	178
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,7	24,4	147
Итого				19,4	34	72,4	675
Обед							
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	50	0,9	2,5	6,9	54
2011	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	9,1	3,4	15,7	129
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ С МАСЛОМ	70	14,3	22,4	4,7	276
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,5	9,2	31,1	226
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	60
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,6	0,3	29,5	80
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,3		8,1	35
Итого				33,7	38,1	108,7	860
Всего				53,1	72,1	181,1	1535

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Галиаскарова Р.Р.

Повар с м/о  Ляшенко А.В.