



МЕНЮ

19 сентября 2022 г.

11-17 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 6

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	60	9,1	9,6	8,9	143
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	0,2	1,5	1,8	21
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	7,4	8,3	45,2	285
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,6	0,3	29,5	80
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		15	61
Итого				19,5	19,7	100,4	590
Обед							
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	70	0,5	2,2	1,7	28
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	6,7	10,5	9,3	162
2011	265	ПЛОВ	220	17,5	19	44,8	419
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
2008		ЯБЛОКО	137	0,5	0,5	13,4	64
Итого				32,7	33,2	159,8	1008
Всего				52,2	52,9	260,2	1598

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Галиаскарова Р.Р.

Повар с м/о  Ляшенко А.В.

20 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОДА

ОБУЧЕНИЕ ДИСТАНЦИОННО В СВЯЗИ С
ЭКЗАМЕНОМ



МЕНЮ

21 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	20,7	14,2	25,1	317
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,3	1,6	25,9	126
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	25	2	0,2	23,9	64
Итого				25	16	74,9	507
Обед							
2008	27	САЛАТ ИЗ СЫРА, ЯБЛОК И ОГУРЦОВ	50	4,6	10,8	1,5	124
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ	250/25	10,4	8,4	20,1	199
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	13	8,9	4,6	150
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	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	28,8	133
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				40,9	38,8	159,4	1103
Всего				65,9	54,8	234,3	1610

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Галиаскарова Р.Р.

Повар с м/о  Ляшенко А.В.

22 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОДА

ОБУЧЕНИЕ ДИСТАНЦИОННО В СВЯЗИ С
ЭКЗАМЕНОМ



МЕНЮ

23 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							
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	210	8,9	11	24,3	233
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	30	2,5	0,3	28,6	77
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				18	24,3	102,4	654
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	250	6,2	8	12,5	148
2011	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С МАСЛОМ	60	9,7	13,9	10,2	187
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	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	28,8	133
Итого				29,1	38,3	148,2	984
Всего				47,1	62,6	250,6	1638

Бухгалтер Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра Галиаскарова Р.Р.

Повар с м/о Ляшенко А.В.