



# МЕНЮ

24 октября 2022 г.

## 11-17 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 6

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,8	3,6	3,1	48
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,6	5,9	38,5	222
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		14,8	60
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,3	38,1	103
<b>Итого</b>				<b>7,8</b>	<b>9,8</b>	<b>94,5</b>	<b>433</b>
<b>Обед</b>							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,5	5	8,8	86
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ	250/0/25	6,8	8,3	16,4	168
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	230	17,7	27,5	35,2	459
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	АПЕЛЬСИН	224	1,7	0,4	15,5	82
<b>Итого</b>				<b>35,2</b>	<b>42,2</b>	<b>166,5</b>	<b>1130</b>
<b>Всего</b>				<b>43</b>	<b>52</b>	<b>261</b>	<b>1563</b>

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Казанцева Н.Г.

Повар с м/о  Ляшенко А.В.



# МЕНЮ

25 октября 2022 г.

## 11-17 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 7

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>							
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	40	3,3	0,3	38,1	103
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	28,8	133
<b>Итого</b>				<b>15,8</b>	<b>16,5</b>	<b>91,5</b>	<b>512</b>
<b>Обед</b>							
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С ЗЕЛЕНЬЮ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	0,9	10,1	2,9	108
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	8	8,7	21,6	196
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	18,1	19	4,7	263
2008	323	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	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,2		25	102
2008		ЯБЛОКО	200	0,8	0,8	19,6	94
<b>Итого</b>				<b>43,6</b>	<b>48,9</b>	<b>190,3</b>	<b>1317</b>
<b>Всего</b>				<b>59,4</b>	<b>65,4</b>	<b>281,8</b>	<b>1829</b>

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Казанцева Н.Г.

Повар с м/о  Ляшенко А.В.




# МЕНЮ

26 октября 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	
<b>Завтрак</b>							
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	7
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,4	21,4	147
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,7	24,4	147
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,3	38,1	103
<b>Итого</b>				<b>10,7</b>	<b>9,5</b>	<b>84,8</b>	<b>404</b>
<b>Обед</b>							
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,4	5,9	8,2	93
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ С МЯСОМ	250	7,4	6,7	19,9	170
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	120	17,4	16,8	18,5	268
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	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200			28,2	113
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,3	38,1	103
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	121
2008		ЯБЛОКИ	258	1	1	25,3	121
<b>Итого</b>				<b>40,9</b>	<b>38,9</b>	<b>206,9</b>	<b>1257</b>
<b>Всего</b>				<b>51,6</b>	<b>48,4</b>	<b>291,7</b>	<b>1661</b>

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Казанцева Н.Г.

Повар с м/о  Ляшенко А.В.



# МЕНЮ

27 октября 2022 г.

## 11-17 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 9

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	38,7	42	34,4	670
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200			28,2	113
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,3	38,1	103
<b>Итого</b>				<b>42</b>	<b>42,3</b>	<b>100,7</b>	<b>886</b>
<b>Обед</b>							
2008	28	САЛАТ "ПОЛОНЫНСКИЙ"	100	1,2	10,1	4,5	114
		СУП ПО--ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	250	6,2	8,6	6,6	130
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	120	27,5	25,3	20,3	416
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	200	4,5	13,5	31,4	267
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,1	111
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,3	38,1	103
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	121
2008		ЯБЛОКИ	247	1	1	24,2	116
<b>Итого</b>				<b>47,9</b>	<b>59,5</b>	<b>177,6</b>	<b>1378</b>
<b>Всего</b>				<b>89,9</b>	<b>101,8</b>	<b>278,3</b>	<b>2264</b>

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Казанцева Н.Г.

Повар с м/о  Ляшенко А.В.



# МЕНЮ

28 октября 2022 г.

## 11-17 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 10

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
		КАША МОЛОЧНАЯ ДРУЖБА С С/М	200	4,9	11	26,5	225
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
<b>Итого</b>				<b>11,9</b>	<b>24,2</b>	<b>71</b>	<b>550</b>
<b>Обед</b>							
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	1,8	5	13,9	107
2011	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250/40	9,1	3,4	15,7	129
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ С МАСЛОМ	120	24,3	38	8,1	473
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,5	9,2	31,1	226
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	121
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,4	0,3	39,3	106
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,3		8,1	35
2008		ЯБЛОКИ	218	0,9	0,9	21,4	103
<b>Итого</b>				<b>48,3</b>	<b>57,3</b>	<b>163</b>	<b>1300</b>
<b>Всего</b>				<b>60,2</b>	<b>81,5</b>	<b>234</b>	<b>1850</b>

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Казанцева Н.Г.

Повар с м/о  Ляшенко А.В.