



## МЕНЮ

10 октября 2022 г.

### 7-10 лет НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,5	0,1	1	8
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	210	40,6	44,2	36	704
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,3	28,6	77
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200			28,2	113
<b>Итого</b>				<b>43,6</b>	<b>44,6</b>	<b>93,8</b>	<b>902</b>
<b>Обед</b>							
2008	28	САЛАТ "ПОЛОНЫНСКИЙ"	60	0,8	6	2,7	68
		СУП ПО--ДОМАШНЕМУ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	1,4	3,8	5,3	61
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С	90	16,9	14,6	12,4	248
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	3,3	10,1	23,5	200
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,3	28,6	77
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	80
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,1	111
2008		АПЕЛЬСИН	217	2	0,4	17,6	93
<b>Итого</b>				<b>28,7</b>	<b>36,4</b>	<b>140,4</b>	<b>959</b>
<b>Всего</b>				<b>72,3</b>	<b>81</b>	<b>234,2</b>	<b>1861</b>

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Федорова Р.Р.

Повар с м/о  Ляшенко А.В.





## МЕНЮ

12 октября 2022 г.

### 7-10 лет НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	28,1	19,5	34,1	432
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3	3,1	19,6	119
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	50	4,2	0,4	47,7	129
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>				<b>35,7</b>	<b>23,4</b>	<b>111,2</b>	<b>727</b>
<b>Обед</b>							
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	3,6	4,9	56
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ С МЯСОМ	200	5,7	5,3	16	135
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	100	14,9	14	17,2	232
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	30	0,6	1,7	1,7	24
2008	323	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	4,4	4,5	31,1	183
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200			28,2	113
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,3	28,6	77
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	80
<b>Итого</b>				<b>31,5</b>	<b>29,8</b>	<b>144,7</b>	<b>900</b>
<b>Всего</b>				<b>67,2</b>	<b>53,2</b>	<b>255,9</b>	<b>1627</b>

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Федорова Р.Р.

Повар с м/о  Ляшенко А.В.



## МЕНЮ

13 октября 2022 г.

### 7-10 лет НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4

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	60	1,1	5,3	4,6	71
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	13	8,9	4,6	150
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,6	6,1	38,5	224
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	200	0,3		15,2	63
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,3	28,6	77
2008		ЯБЛОКО	134	0,5	0,5	13,1	63
<b>Итого</b>				<b>21</b>	<b>21,1</b>	<b>104,6</b>	<b>648</b>
<b>Обед</b>							
2011		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ	60	1,1	2,5	7,4	57
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2	3,4	13,3	93
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	15,3	23,8	30,6	398
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,3	28,6	77
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	80
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,1	111
2008		БАНАН	110	1,7	0,6	23,1	106
<b>Итого</b>				<b>25,4</b>	<b>31,2</b>	<b>147,1</b>	<b>922</b>
<b>Всего</b>				<b>46,4</b>	<b>52,3</b>	<b>251,7</b>	<b>1570</b>

Бухгалтер \_\_\_\_\_ Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Федорова Р.Р.

Повар с м/о \_\_\_\_\_ Ляшенко А.В.



## МЕНЮ

14 октября 2022 г.

### 7-10 лет НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5

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	150	3,6	6,5	19,7	154
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	40	9,5	12,2		150
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,4	9,2	15,1	153
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,7	24,4	147
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>				<b>19,7</b>	<b>32</b>	<b>69</b>	<b>651</b>
<b>Обед</b>							
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	1,1	3	8,2	64
2011	87	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	7	2,2	10,7	92
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕНЫЙ С МАСЛОМ	90	18,3	31	6,1	376
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,4	7	23,3	169
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,1	111
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	80
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,6	0,3	29,5	80
<b>Итого</b>				<b>35,2</b>	<b>44,1</b>	<b>121,9</b>	<b>972</b>
<b>Всего</b>				<b>54,9</b>	<b>76,1</b>	<b>190,9</b>	<b>1623</b>

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Федорова Р.Р.

Повар с м/о \_\_\_\_\_

Ляшенко А.В.