



МЕНЮ
12 сентября 2022 г.

7-10 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 6

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 40 | 0,8 | 3,6 | 3,1 | 48 |
| 2008 | 231 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ | 80 | 10,5 | 7,1 | 3,7 | 120 |
| 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 | 143 | 0,6 | 0,6 | 14 | 67 |
| Итого | | | | 18,3 | 17,7 | 103,1 | 599 |
| Обед | | | | | | | |
| 2011 | | САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ | 50 | 0,9 | 2 | 6,1 | 47 |
| 2008 | 91 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С СМЕТАНОЙ | 200 | 6 | 8,1 | 14,8 | 160 |
| 2008 | 299 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ С МАСЛОМ | 160 | 19,3 | 24,4 | 23,9 | 393 |
| 2008 | 73 | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 30 | 2,5 | 0,3 | 28,6 | 77 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 80 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,2 | | 15 | 61 |
| Итого | | | | 31,5 | 35,2 | 105,4 | 818 |
| Всего | | | | 49,8 | 52,9 | 208,5 | 1417 |

Бухгалтер _____ Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра _____ Федорова Р.Р.

Повар с м/о _____ Ляшенко А.В.



МЕНЮ

14 сентября 2022 г.

7-10 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 | 130 | 25,4 | 18,2 | 37,9 | 423 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 3 | 3,1 | 19,6 | 119 |
| 2008 | 73 | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 30 | 2,5 | 0,3 | 28,6 | 77 |
| Итого | | | | 30,9 | 21,6 | 86,1 | 619 |
| Обед | | | | | | | |
| 2011 | 67 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 50 | 0,8 | 3 | 4,1 | 46 |
| 2011 | 101 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ С МЯСОМ | 200 | 5,7 | 5,3 | 16 | 135 |
| 2011 | 278 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) | 60 | 9 | 8,4 | 10,4 | 139 |
| 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 | 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 | 152 | 0,6 | 0,6 | 14,9 | 71 |
| Итого | | | | 26,3 | 24,4 | 148,3 | 868 |
| Всего | | | | 57,2 | 46 | 234,4 | 1487 |

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Федорова Р.Р.

Повар с м/о  Ляшенко А.В.



МЕНЮ

15 сентября 2022 г.

7-10 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 9

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---------------------------|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ | 30 | 0,2 | | 0,5 | 4 |
| 2011 | 291 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 200 | 38,7 | 42 | 34,4 | 670 |
| 2008 | 73 | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 30 | 2,5 | 0,3 | 28,6 | 77 |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ | 200 | | | 28,2 | 113 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 114 | 0,5 | 0,5 | 11,2 | 54 |
| Итого | | | | 41,9 | 42,8 | 102,9 | 918 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 28 | САЛАТ "ПОЛОНЫНСКИЙ" | 50 | 0,6 | 5 | 2,3 | 57 |
| | | СУП ПО--ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ | 200 | 5 | 6,9 | 5,3 | 103 |
| 2008 | 290 | ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МАСЛОМ | 70 | 13,2 | 11,4 | 9,6 | 193 |
| 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 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,2 | | 15 | 61 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 80 | 0,3 | 0,3 | 7,8 | 38 |
| Итого | | | | 27,7 | 34,4 | 109,1 | 809 |
| Всего | | | | 69,6 | 77,2 | 212 | 1727 |

Бухгалтер _____

Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра _____

Федорова Р.Р.

Повар с м/о _____

Ляшенко А.В.



МЕНЮ

16 сентября 2022 г.

7-10 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 | 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 | 4,9 | 4,9 | 30,7 | 187 |
| Итого | | | | 20,4 | 32,8 | 65,5 | 644 |
| Обед | | | | | | | |
| к/к | к/к | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ | 50 | 0,9 | 2,5 | 6,9 | 54 |
| 2011 | 87 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 200 | 8,4 | 2,2 | 10,7 | 98 |
| 2008 | 271 | ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕНЫЙ С МАСЛОМ | 60 | 12,3 | 20,8 | 4,1 | 251 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3,4 | 7 | 23,3 | 169 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 80 |
| 2008 | | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 30 | 2,6 | 0,3 | 29,5 | 80 |
| 2011 | 377 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200/7 | 0,3 | | 8,1 | 35 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Итого | | | | 30,9 | 33,6 | 109,4 | 814 |
| Всего | | | | 51,3 | 66,4 | 174,9 | 1458 |

Бухгалтер Калугина Н.Ю.
 Медицинская сестра Федорова Р.Р.
 Повар с м/о Ляшенко А.В.