



МЕНЮ

16 января 2023 г.

7-10 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	8,4	10,5	23,2	222
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	3,6	13,8	22,6	229
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3	3,1	19,6	119
2011	43	ФРУКТЫ	200	0,7	0,7	16,7	80
Итого				15,7	28,1	82,1	650
Обед							
2008	25	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	60	0,6	6,1	2	66
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200/0/20	5,1	6	9,8	114
2011	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С МАСЛОМ	90	15,1	21	10,1	288
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,4	6,9	23,3	169
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,4	14,1	68
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	80
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,1	111
2011	43	ФРУКТЫ	100	0,9	0,3	12,2	56
Итого				30,4	41,3	115,6	952
Всего				46,1	69,4	197,7	1602

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Федорова Р.Р.

Повар с м/о  Мачулис О.В.



МЕНЮ

17 января 2023 г.

7-10 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,5	8
2008	272	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С МАСЛОМ	90	15,1	16,4	9,7	246
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,4	5,6	40,4	237
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,4	14,1	68
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	200	0,3		15,2	63
2011	43	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	8,3	40
Итого				25,2	22,9	89,2	662
Обед							
2008	28	САЛАТ "ПОЛОНЫНСКИЙ"	100	1,1	10,1	4,2	112
2009	131	СВЕКОЛЬНИК	200	5,5	6,7	14,1	142
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	220	23	23,6	19,4	383
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,4	14,1	68
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,1	111
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	80
Итого				34,9	41,4	95,9	896
Всего				60,1	64,3	185,1	1558

Бухгалтер _____

Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра _____

Федорова Р.Р.

Повар с м/о _____

Мачулис О.В.




МЕНЮ

18 января 2023 г.

7-10 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
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	0,4	14,1	68
2011	43	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	8,3	40
Итого				20,9	21,1	85,3	616
Обед							
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	1,1	3	8,2	64
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ	200	5,5	6,5	13,2	134
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	15,3	23,8	30,6	398
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	28,8	133
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,4	14,1	68
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	80
Итого				27,7	34,4	111,9	877
Всего				48,6	55,5	197,2	1493

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Федорова Р.Р.

Повар с м/о  Мачулис О.В.



МЕНЮ

19 января 2023 г.

7-10 лет

Сборник рецептур	№ 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	150	24,9	18,1	38,9	424
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,3	1,6	25,9	126
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	50	4,2	0,7	23,5	114
Итого				31,4	20,4	88,3	664
Обед							
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	0,5	6,1	1,5	63
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ	200	8,1	6,4	15,7	153
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	13	8,9	4,2	148
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,4	7	23,3	169
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,2		25	102
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,4	14,1	68
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	80
Итого				30,3	29,2	100,8	783
Всего				61,7	49,6	189,1	1447

Бухгалтер _____

Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра _____

Федорова Р.Р.

Повар с м/о _____

Мачулис О.В.



МЕНЮ

20 января 2023 г.

7-10 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	210	40,6	44,2	36	704
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,4	14,1	68
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		15	61
Итого				43,3	44,6	65,1	833
Обед							
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	1,1	0,2	3,8	24
		СУП ПО--ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	200	5,1	7,4	5,4	109
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МАСЛОМ	90	16,9	14,7	6,1	244
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	3,3	10,1	23,5	200
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,4	14,1	68
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200			28,2	113
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	80
Итого				31,5	33,2	98,1	838
Всего				74,8	77,8	163,2	1671

Бухгалтер _____

Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра _____

Федорова Р.Р.

Повар с м/о _____

Мачулис О.В.