



МЕНЮ

17 апреля 2023 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	
Завтрак							
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	6,5	7	41,4	252
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ С СЫРОМ	70	9,8	16,9	16,3	258
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,6	3,1	14,6	101
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,6	0,4	14,5	71
2011	43	ФРУКТЫ	111	1	0,2	8,7	46
Итого				23,5	27,6	95,5	728
Обед							
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	0,5	1,9	1,5	24
2011	117	СУП С КРУПОЙ И МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	9,6	8,9	9,9	159
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	7,7	9,2	46,6	299
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	80	40,2	40,6	0,2	526
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,1	21,5	88
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,6	0,4	14,5	71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,9	0,2	11,9	56
Итого				62,7	61,3	106,1	1223
Всего				86,2	88,9	201,6	1951

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Федорова Р.Р.

Повар с м/о  Мачулис О.В.



МЕНЮ

18 апреля 2023 г.

7-10 лет НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2

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	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,3	5,6	40,2	236
2011	255	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	90	16	14	8,2	238
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	16,7	80
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	37	3,2	0,6	17,9	87
2011	43	ФРУКТЫ	111	1	0,2	8,7	46
Итого				28,1	25,9	96,3	758
Обед							
2011	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	1,1	6,9	6,1	90
2008	232	СОЛЯНКА РЫБНАЯ	200	7,6	4,4	7,9	103
2011	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	150	3,5	6,6	19,5	159
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	12,2	12,2	7,6	188
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,1		10,8	44
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,6	0,4	14,5	71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,9	0,2	11,9	56
Итого				29	30,7	78,3	711
Всего				57,1	56,6	174,6	1469

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Федорова Р.Р.

Повар с м/о  Мачулис О.В.,



МЕНЮ

19 апреля 2023 г.

7-10 лет НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,5	0,1	1	8
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,7	4,5	38,8	211
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	90	11,2	10,1	8,1	167
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		19,8	80
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,6	0,4	14,5	71
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,8	29,2	163
Итого				21,2	18,9	111,4	700
Обед							
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,3	14
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200	4	4,3	13,3	109
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	21	20,6	15,2	331
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,4	0,2	24,5	108
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,4	0,6	19,3	94
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,9	0,2	11,9	56
2011	43	ФРУКТЫ	111	0,4	0,3	11,1	51
Итого				31,8	26,3	97,6	763
Всего				53	45,2	209	1463

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Федорова Р.Р.

Повар с м/о  Мачулис О.В.



МЕНЮ

20 апреля 2023 г.

7-10 лет НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4

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	10,4	10,7	23,2	233
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,3	7,5	15,1	138
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,3	6,7	19,1	164
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,6	0,4	14,5	71
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,8	29,2	163
Итого				24,6	29,1	101,1	769
Обед							
2008	25	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	60	0,7	6,1	2,2	67
2008	76	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200/5	1,8	3,3	12,1	87
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	5,1	6,5	25,4	182
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	90	12,3	6,7	6	152
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,6	0,4	14,5	71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,9	0,2	11,9	56
2011	43	ФРУКТЫ	111	0,4	0,4	10,6	51
Итого				24,8	23,6	92,4	705
Всего				49,4	52,7	193,5	1474

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Федорова Р.Р.

Повар с м/о  Мачулис О.В.




МЕНЮ

21 апреля 2023 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	
Завтрак							
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	60	1,8	0,1	3,8	23
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	29,8	27,6	20,9	451
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200			18,5	74
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	37	3,2	0,6	17,9	87
2011	43	ФРУКТЫ	111	1	0,2	8,7	46
Итого				35,8	28,5	69,8	681
Обед							
2011	42	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ	60	0,7	3,7	5,1	58
2008	83	ЩИ	200	1,8	2,5	8,9	67
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,7	4,1	45	247
2011	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	13,7	5,4	4,9	124
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,1	12,4	52
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,4	0,6	19,3	94
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,9	0,2	11,9	56
Итого				29,4	16,6	107,5	698
Всего				65,2	45,1	177,3	1379

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Федорова Р.Р.

Повар с м/о  Мачулис О.В.