



# МЕНЮ

24 октября 2022 г.

## 7-10 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 6

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>							
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,1	5,3	4,6	71
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	110	14,4	9,7	5	165
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
<b>Итого</b>				<b>21,9</b>	<b>21,4</b>	<b>91,9</b>	<b>600</b>
<b>Обед</b>							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	2,9	5,2	52
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ	200/0/20	5,5	6,5	13,2	134
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
2011	43	ФРУКТЫ	200	1,6	0,4	13,9	73
<b>Итого</b>				<b>28,7</b>	<b>34,5</b>	<b>135,6</b>	<b>925</b>
<b>Всего</b>				<b>50,6</b>	<b>55,9</b>	<b>227,5</b>	<b>1525</b>

Бухгалтер \_\_\_\_\_ Калугина Н.Ю.

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

Повар с м/о \_\_\_\_\_ Ляшенко А.В.



# МЕНЮ

25 октября 2022 г.

## 7-10 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 7

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2011	219	ЗЕЛЕНЬЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	60	1,2	0,1	2,4	15
2008	272	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С МАСЛОМ	90	15,1	13,1	17,3	222
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,5	4,2	15,1	114
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,3	28,6	77
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	28,8	133
<b>Итого</b>				<b>23</b>	<b>18</b>	<b>92,2</b>	<b>561</b>
<b>Обед</b>							
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С ЗЕЛЕНЬЮ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	0,6	6,1	1,7	65
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИНА М/Б	200	2,6	3,4	15,7	105
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	16,1	17,1	4,4	237
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,2	7,2	39,7	248
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,3	28,6	77
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	80
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,2		25	102
<b>Итого</b>				<b>30,8</b>	<b>34,5</b>	<b>132,1</b>	<b>914</b>
<b>Всего</b>				<b>53,8</b>	<b>52,5</b>	<b>224,3</b>	<b>1475</b>

Бухгалтер \_\_\_\_\_ Калугина Н.Ю.

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

Повар с м/о \_\_\_\_\_ Ляшенко А.В.



# МЕНЮ

26 октября 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	
<b>Завтрак</b>							
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	28,1	19,5	34,1	432
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,7	24,4	147
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	50	4,2	0,4	47,7	129
2011	43	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	8,3	40
<b>Итого</b>				<b>36,5</b>	<b>24</b>	<b>114,5</b>	<b>748</b>
<b>Обед</b>							
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	3,6	4,9	56
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ НА М/Б	200	2,1	2,2	16	93
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>27,9</b>	<b>26,7</b>	<b>144,7</b>	<b>858</b>
<b>Всего</b>				<b>64,4</b>	<b>50,7</b>	<b>259,2</b>	<b>1606</b>

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Федорова Р.Р.

Повар с м/о  Ляшенко А.В.



# МЕНЮ

27 октября 2022 г.

## 7-10 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>							
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,5	0,1	1	8
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
2011	43	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	8,3	40
<b>Итого</b>				<b>42,1</b>	<b>42,8</b>	<b>100,5</b>	<b>908</b>
<b>Обед</b>							
2008	28	САЛАТ "ПОЛОНЫНСКИЙ"	60	0,8	6	2,7	68
		СУП ПО--ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	200	5	6,9	5,3	103
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МАСЛОМ	90	16,9	14,6	12,4	248
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	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		ЯБЛОКИ	218	0,9	0,9	21,4	103
<b>Итого</b>				<b>32,2</b>	<b>39,4</b>	<b>138</b>	<b>990</b>
<b>Всего</b>				<b>74,3</b>	<b>82,2</b>	<b>238,5</b>	<b>1898</b>

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Федорова Р.Р.

Повар с м/о  Ляшенко А.В.



## МЕНЮ

28 октября 2022 г.

### 7-10 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	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
2011	43	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	8,3	40
<b>Итого</b>				<b>19,7</b>	<b>32</b>	<b>67,5</b>	<b>644</b>
<b>Обед</b>							
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	1,1	3	8,2	64
2011	87	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	8,4	2,2	10,7	98
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ С МАСЛОМ	90	18,3	31	6,1	376
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		ЯБЛОКИ	218	0,9	0,9	21,4	103
<b>Итого</b>				<b>37,6</b>	<b>44,8</b>	<b>124,3</b>	<b>1005</b>
<b>Всего</b>				<b>57,3</b>	<b>76,8</b>	<b>191,8</b>	<b>1649</b>

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Федорова Р.Р.

Повар с м/о  Ляшенко А.В.