



МЕНЮ

28 ноября 2022 г.

7-10 лет

Сборник рецептов	№ 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	0,3	28,6	77
Итого				20,5	20,6	91,5	585
Обед							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	2,9	5,2	52
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	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	228	2,1	0,5	18,5	98
Итого				29,2	34,6	140,2	950
Всего				49,7	55,2	231,7	1535

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Федорова Р.Р.

Повар с м/о  Ляшенко А.В.



МЕНЮ

1 декабря 2022 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							
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
2011	43	ЯБЛОКО	200	0,7	0,7	16,7	80
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		15	61
Итого				44,5	45,3	97,3	930
Обед							
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 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
2011	43	БАНАН	200	1,7	0,6	24,4	112
Итого				33	39,1	141	999
Всего				77,5	84,4	238,3	1929

Бухгалтер _____

Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра _____

Федорова Р.Р.

Повар с м/о _____

Лященко А.В.



МЕНЮ

2 декабря 2022 г.

7-10 лет

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	3,8	3,7	24,4	147
2011	43	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	8,3	40
Итого				19,7	32	67,5	644
Обед							
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	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 РУБЛЕННЫЙ 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
Итого				35,2	44,1	121,9	972
Всего				54,9	76,1	189,4	1616

Бухгалтер _____

Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра _____

Федорова Р.Р.

Повар с м/о _____

Ляшенко А.В.