



МЕНЮ

30 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	2,4	9,2	15,1	153
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3	3,1	19,6	119
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,4	14,1	68
Итого				16,3	23,2	72	562
Обед							
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	60	1,8	0,1	3,8	23
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ	200/0/20	4,9	6	9,3	111
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	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				30,5	34,8	102,6	841
Всего				46,8	58	174,6	1403

Бухгалтер Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра Федорова Р.Р.

Повар с м/о Мачулис О.В.



МЕНЮ

31 января 2023 г.

7-10 лет

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	150	27,8	19,2	34,1	428
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3	3,1	19,6	119
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	50	4,2	0,7	23,5	114
Итого				35	23	77,2	661
Обед							
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,1	5,3	4,6	71
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ С МЯСОМ	200	5,6	5,3	16,7	137
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	15,3	23,8	30,6	398
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200			28,2	113
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,4	14,1	68
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	80
Итого				27,1	35,2	111,2	867
Всего				62,1	58,2	188,4	1528

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Федорова Р.Р.

Повар с м/о  Мачулис О.В.



МЕНЮ

1 февраля 2023 г.

7-10 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
		ФАСОЛЬ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	12,2	1,2	27,4	173
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,6	4,9	23	150
2011	255	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	90	16	14	8,2	238
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		10,1	41
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	37	3,2	0,6	17,9	87
2011	43	ФРУКТЫ	111	1	0,2	8,7	46
Итого				36,2	20,9	95,3	735
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				65,2	51,6	173,6	1446

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Федорова Р.Р.

Повар с м/о  Мачулис О.В.



МЕНЮ

2 февраля 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		ТОМАТЫ СОЛЕННЫЕ	60	0,7		1,4	8
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				25,3	29,1	102,5	777
Обед							
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,5	8,8	1,7	89
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				24,6	26,3	91,9	727
Всего				49,9	55,4	194,4	1504

Бухгалтер _____

Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра _____

Федорова Р.Р.

Повар с м/о _____

Мачулис О.В.



МЕНЮ

3 февраля 2023 г.

7-10 лет

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	21,5	20,5	19	348
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				27,5	21,4	67,9	578
Обед							
2011	42	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕННЫМИ 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	4,5	3,7	26,1	155
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				26,2	16,2	88,6	606
Всего				53,7	37,6	156,5	1184

Бухгалтер  Калугина Н.И.

Медицинская сестра  Федорова Р.Р.

Повар с м/о  Мачулис О.В.