



МЕНЮ

13 ноября 2023 г.

7-11 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 6

| 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 | 15,5 | 11,5 | 66,3 | 432 |
| 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 |
| 2011 | 43 | ЯБЛОКО | 160 | 0,6 | 0,6 | 13,4 | 64 |
| Итого | | | | 24 | 24,8 | 128,5 | 836 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 25 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ | 60 | 1 | 10,1 | 3,4 | 110 |
| 2008 | 76 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ | 200/0/20 | 4,9 | 6 | 8,8 | 109 |
| 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 | БАНАН | 143 | 1,7 | 0,6 | 24,4 | 112 |
| Итого | | | | 31,4 | 45,6 | 128,2 | 1047 |
| Всего | | | | 55,4 | 70,4 | 256,7 | 1883 |

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Федорова Р.Р.

Повар с м/о  Мачулис О.В.



МЕНЮ

15 ноября 2023 г.

7-11 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 8

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2011 | 219 | ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ | 60 | 1,2 | 0,1 | 2,4 | 15 |
| 2008 | 272 | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С МАСЛОМ | 90 | 15,1 | 16,4 | 9,7 | 246 |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 150 | 4,8 | 4,2 | 18,5 | 134 |
| 2008 | 73 | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 30 | 2,5 | 0,4 | 14,1 | 68 |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 200 | 0,7 | 0,3 | 28,8 | 133 |
| Итого | | | | 24,3 | 21,4 | 73,5 | 596 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 23 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С ЗЕЛЕНЬЮ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ | 60 | 0,5 | 6,1 | 1,5 | 64 |
| 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 | 0,4 | 14,1 | 68 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 80 |
| 2008 | 436 | НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ | 200 | 0,2 | | 25 | 102 |
| 2011 | 43 | ФРУКТЫ | 154 | 0,5 | 0,4 | 13,6 | 62 |
| Итого | | | | 31,2 | 35 | 131 | 966 |
| Всего | | | | 55,5 | 56,4 | 204,5 | 1562 |

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Федорова Р.Р.

Повар с м/о  Мачулис О.В.



МЕНЮ

16 ноября 2023 г.

7-11 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 9

| 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 | 39 | 25,2 | 35,9 | 536 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 3 | 3,1 | 19,6 | 119 |
| 2008 | 73 | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 50 | 4,2 | 0,7 | 23,5 | 114 |
| 2011 | 43 | ЯБЛОКО | 160 | 0,9 | 0,9 | 21,4 | 103 |
| Итого | | | | 47,1 | 29,9 | 100,4 | 872 |
| Обед | | | | | | | |
| 2011 | 67 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 60 | 0,8 | 3,6 | 4,9 | 56 |
| 2011 | 101 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ С МЯСОМ | 200 | 5,7 | 5,3 | 16 | 135 |
| 2011 | 278 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) | 100 | 14,9 | 14,1 | 10,6 | 228 |
| 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 | 0,4 | 14,1 | 68 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 80 |
| 2008 | | ФРУКТЫ | 143 | 1,1 | 0,8 | 27,8 | 127 |
| Итого | | | | 32,6 | 30,8 | 151,4 | 1014 |
| Всего | | | | 79,7 | 60,7 | 251,8 | 1886 |

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Федорова Р.Р.

Повар с м/о  Мачулис О,В,



МЕНЮ

17 ноября 2023 г.

7-11 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 10

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---------------------------|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 60 | 0,5 | 0,1 | 1 | 8 |
| 2011 | 291 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 210 | 41,2 | 44,2 | 40,1 | 724 |
| 2008 | 73 | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 40 | 3,3 | 0,6 | 18,7 | 91 |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ | 200 | | | 28,2 | 113 |
| Итого | | | | 45 | 44,9 | 88 | 936 |
| 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 | 14,7 | 6,1 | 244 |
| 2008 | 133 | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ | 150 | 3,3 | 10,1 | 23,5 | 200 |
| 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 | 137 | 1,2 | 0,4 | 16,8 | 77 |
| Итого | | | | 32,5 | 39,1 | 112,6 | 951 |
| Всего | | | | 77,5 | 84 | 200,6 | 1887 |

Бухгалтер Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра Федорова Р.Р.

Повар с м/о Мачулис О,В,