



МЕНЮ

11-17 лет НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
		КАША МОЛОЧНАЯ ДРУЖБА С С/М	200/10	5,3	11,7	27,9	237
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	70	7,8	15,3	20,1	250
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,7	24,4	147
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,4	0,3	39,3	106
Итого				20,3	31	111,7	740
Обед							
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЗЕЛЕНЬЮ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	50	0,3	3,5	1,1	38
2011	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250/25	6,5	3,4	15,7	119
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ С МАСЛОМ	70	14,3	22,4	4,7	276
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,5	9,2	31,1	226
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	121
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,4	0,3	39,3	106
2008		БАНАН	127	1,9	0,6	26,7	122
Итого				35,9	40,1	164,2	1094
Всего				56,2	71,1	275,9	1834

Бухгалтер

Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра

Галиаскарова Р.Р.

Повар с м/о

Ляшенко А.В.





МЕНЮ

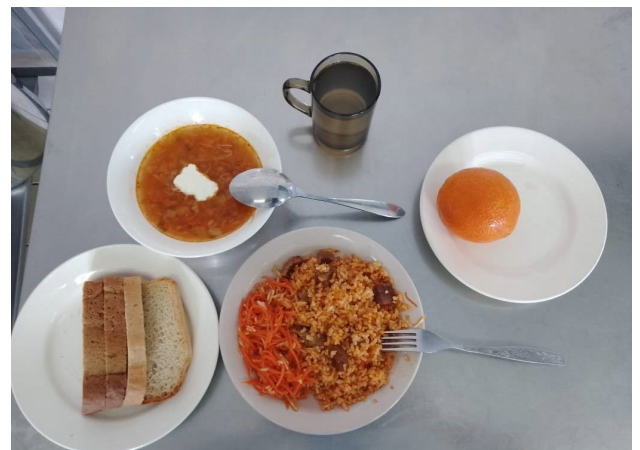
11-17 лет НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	75	0,6	0,1	1,9	10
2011	280	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	60	9,1	9,6	8,9	143
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	0,2	1,5	1,8	21
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	7,4	8,3	45,2	285
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,4	0,3	39,3	106
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		15	61
Итого				20,9	19,8	112,1	626
Обед							
2011	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	100	0,9	5,2	7,7	81
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С СМЕТАНОЙ	250/10	2,2	6,6	9,3	109
2011	265	ПЛОВ	200	15,9	17,2	40,7	381
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,1	111
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	121
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,3	38,1	103
2008		БАНАН	132	2	0,7	27,7	127
Итого				28,5	30,7	176	1033
Всего				49,4	50,5	288,1	1659

Бухгалтер *Н.Ю. Калугина* Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра *Р.Р. Галиаскарова* Галиаскарова Р.Р.

Повар с м/о *А.В. Ляшенко* Ляшенко А.В.





МЕНЮ

11-17 лет НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
		ФАСОЛЬ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	6,1	0,6	13,7	87
1997	474	КОТЛЕТА ОСОБАЯ С МАСЛОМ	50	7,5	11,8	7,2	152
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,4	7,2	40,5	252
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,3	38,1	103
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,1	111
Итого				23,5	20,1	126,6	705
Обед							
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,6	0,1	1,9	12
2009	131	СВЕКОЛЬНИК	250	2,3	4,7	16,4	117
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	220	23	23,6	19,5	383
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200			28,2	113
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,3	38,1	103
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	121
Итого				33,2	29,2	129,5	849
Всего				56,7	49,3	256,1	1554

Бухгалтер _____

Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра _____

Галиаскарова Р.Р.

Повар с м/о _____

Ляшенко А.В.





МЕНЮ

11-17 лет НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	63,17	28,2	20,2	37,2	450
2008	431	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,14	0,2		15	61
	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	25	1,51	2,5	0,3	28,6	77
Итого				64,31	28,4	20,2	52,2	511
Обед								
2008	27	САЛАТ ИЗ СЫРА, ЯБЛОК И ОГУРЦОВ	50	12,02	4,6	10,8	1,6	124
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,96	4,3	3,3	14,7	106
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	75,85	0,6	5,2	4,9	70
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	13,80	3,4	7	23,3	169
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	6,78	0,2	0,2	27,1	111
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	1,51	2,5	0,3	28,6	77
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,03	2,6	0,4	17	80
Итого				117,95	18,2	27,2	117,2	737
Всего				182,26	46,6	47,4	169,4	1248

Бухгалтер _____

Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра _____

Галиаскарова Р.Р.

Повар с м/о _____

Ляшенко А.В.






МЕНЮ

11-17 лет НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	20	0,2		0,3	3
2008	310	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	135	30,9	39	4,9	497
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	3,1	12,1	23,7	218
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/7	0,3		15,2	63
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,3	38,1	103
Итого				37,8	51,4	82,2	884
Обед							
2011	41	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	100	1,3	9,8	6,9	121
2008	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ	250/25	7,2	9,3	13,4	166
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50	7,4	6,4	0,4	89
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	1	5,7	2,5	76
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,2	7,2	39,8	248
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,3	38,1	103
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	121
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				31,8	39,8	156,5	1057
Всего				69,6	91,2	238,7	1941

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Галиаскарова Р.Р.

Повар с м/о  Ляшенко А.В.

