



МЕНЮ

11-17 лет
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 7

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,8	3,6	3,1	48
2011	229	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	150	23,4	14,5	4,5	243
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	200	4,9	7,9	51,3	296
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2		15,1	62
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,3	38,1	103
Итого				32,6	26,3	112,1	752
Обед							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,9	2,9	5	51
2008	232	СОЛЯНКА СБОРНАЯ МЯСНАЯ	250	8,7	10,7	3,4	147
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	24,1	30,8	24,4	470
2008	399	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ И ЯБЛОК	200	0,5	0,2	26	111
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,3	38,1	103
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	121
Итого				41,5	45,4	122,3	1003
Всего				74,1	71,7	234,4	1755

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Галиаскарова Р.Р.

Повар с м/о  Ляшенко А.В.

