



# 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  |                               |
| <b>Завтрак</b>   |               |   |        |                   |             |              |                               |
|                  |               | 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                           |
| <b>Итого</b>     |               |   |        | <b>20,3</b>       | <b>31</b>   | <b>111,7</b> | <b>740</b>                    |
| <b>Обед</b>      |               |   |        |                   |             |              |                               |
| 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                           |
| <b>Итого</b>     |               |   |        | <b>35,9</b>       | <b>40,1</b> | <b>164,2</b> | <b>1094</b>                   |
| <b>Всего</b>     |               |   |        | <b>56,2</b>       | <b>71,1</b> | <b>275,9</b> | <b>1834</b>                   |

Бухгалтер

Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра

Галиаскарова Р.Р.

Повар с м/о

Ляшенко А.В.





# МЕНЮ

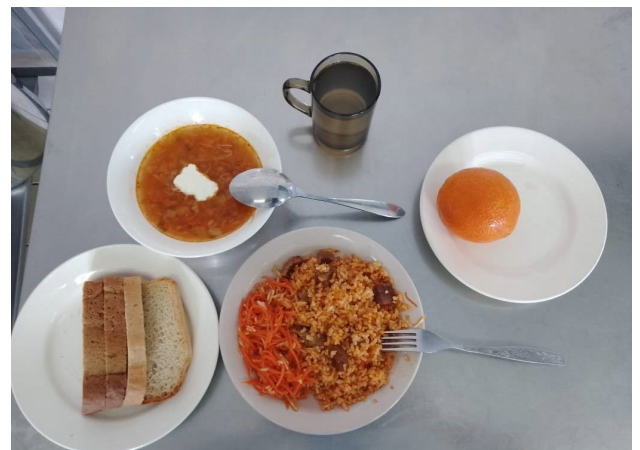
## 11-17 лет НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда              | Выход  | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------|---------------|---------------------------------|--------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
|                    |               |                                 |        | Белки, г          | Жиры, г     | Угле-воды, г |                               |
| <b>Завтрак</b>     |               |                                 |        |                   |             |              |                               |
| 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                            |
| <b>Итого</b>       |               |                                 |        | <b>20,9</b>       | <b>19,8</b> | <b>112,1</b> | <b>626</b>                    |
| <b>Обед</b>        |               |                                 |        |                   |             |              |                               |
| 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                           |
| <b>Итого</b>       |               |                                 |        | <b>28,5</b>       | <b>30,7</b> | <b>176</b>   | <b>1033</b>                   |
| <b>Всего</b>       |               |                                 |        | <b>49,4</b>       | <b>50,5</b> | <b>288,1</b> | <b>1659</b>                   |

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 рецептур | № техн. карты | Наименование блюда         | Выход | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|----------------------------|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
|                  |               |                            |       | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Завтрак</b>   |               |                            |       |                   |             |              |                               |
|                  |               | 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                           |
| <b>Итого</b>     |               |                            |       | <b>23,5</b>       | <b>20,1</b> | <b>126,6</b> | <b>705</b>                    |
| <b>Обед</b>      |               |                            |       |                   |             |              |                               |
| 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                           |
| <b>Итого</b>     |               |                            |       | <b>33,2</b>       | <b>29,2</b> | <b>129,5</b> | <b>849</b>                    |
| <b>Всего</b>     |               |                            |       | <b>56,7</b>       | <b>49,3</b> | <b>256,1</b> | <b>1554</b>                   |

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  |                               |
| <b>Завтрак</b>   |               |   |        |               |                   |             |              |                               |
| 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                            |
| <b>Итого</b>     |               |   |        | <b>64,31</b>  | <b>28,4</b>       | <b>20,2</b> | <b>52,2</b>  | <b>511</b>                    |
| <b>Обед</b>      |               |   |        |               |                   |             |              |                               |
| 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                            |
| <b>Итого</b>     |               |   |        | <b>117,95</b> | <b>18,2</b>       | <b>27,2</b> | <b>117,2</b> | <b>737</b>                    |
| <b>Всего</b>     |               |   |        | <b>182,26</b> | <b>46,6</b>       | <b>47,4</b> | <b>169,4</b> | <b>1248</b>                   |

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Галиаскарова Р.Р.

Повар с м/о \_\_\_\_\_

Ляшенко А.В.





# МЕНЮ

## 11-17 лет НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда               | Выход  | Химический состав |             |              | Энерге-тическая ценность, ккал |
|--------------------|---------------|----------------------------------|--------|-------------------|-------------|--------------|--------------------------------|
|                    |               |                                  |        | Белки, г          | Жиры, г     | Угле-воды, г |                                |
| <b>Завтрак</b>     |               |                                  |        |                   |             |              |                                |
| 2008               |               | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ                  | 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                            |
| <b>Итого</b>       |               |                                  |        | <b>37,8</b>       | <b>51,4</b> | <b>82,2</b>  | <b>884</b>                     |
| <b>Обед</b>        |               |                                  |        |                   |             |              |                                |
| 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                             |
| <b>Итого</b>       |               |                                  |        | <b>31,8</b>       | <b>39,8</b> | <b>156,5</b> | <b>1057</b>                    |
| <b>Всего</b>       |               |                                  |        | <b>69,6</b>       | <b>91,2</b> | <b>238,7</b> | <b>1941</b>                    |

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Галиаскарова Р.Р.

Повар с м/о  Ляшенко А.В.

