



# МЕНЮ

## 12 лет и старше НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	4,7	6	24,7	171
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	80	10,6	17,6	18,6	278
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	5,7	5,3	26,7	178
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,4	0,6	19,3	94
<b>Итого</b>				<b>24,4</b>	<b>29,5</b>	<b>89,3</b>	<b>721</b>
<b>Обед</b>							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,9	6,9	5,4	92
2011	117	СУП С КРУПОЙ И МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	11,4	11,1	9,3	182
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	6,5	5	39,8	230
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	45	45,5	0,3	590
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,3	0,1	20,6	86
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	50	4,3	0,7	24,2	118
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,8	84
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,8	29,2	163
<b>Итого</b>				<b>75,2</b>	<b>73,5</b>	<b>146,6</b>	<b>1545</b>
<b>Всего</b>				<b>99,6</b>	<b>103</b>	<b>235,9</b>	<b>2266</b>

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

Медицинская сестра *Н.Г. Казанцева* Казанцева Н.Г.

Повар с м/о *О.В. Мачулис* Мачулис О.В.





# МЕНЮ

## 12 лет и старше НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	200	4,2	4,6	44	235
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	100	13,7	5,2	8,7	137
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	200	0,5		13,6	57
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,4	0,6	19,3	94
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,8	29,2	163
<b>Итого</b>				<b>24,8</b>	<b>14,2</b>	<b>114,8</b>	<b>686</b>
<b>Обед</b>							
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,6	7,1	3,2	86
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	3,4	4,4	14,2	110
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	220	22,6	21,9	18,4	362
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	21,6	99
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	50	4,3	0,7	24,2	118
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,8	84
2011	43	ФРУКТЫ	111	0,3	0,2	7,5	34
<b>Итого</b>				<b>35,5</b>	<b>34,9</b>	<b>106,9</b>	<b>893</b>
<b>Всего</b>				<b>60,3</b>	<b>49,1</b>	<b>221,7</b>	<b>1579</b>

Бухгалтер *Калугина* Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра *Казанцева* Казанцева Н.Г.

Повар с м/о *Мачулис* Мачулис О.В.





# МЕНЮ

## 12 лет и старше 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>							
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	6,3	5,6	40,2	236
2011	255	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	16,6	12,8	12,1	246
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,4		15,4	63
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,4	0,6	19,3	94
<b>Итого</b>				<b>26,7</b>	<b>19</b>	<b>87</b>	<b>639</b>
<b>Обед</b>							
2011	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	100	1,5	6,9	8,5	102
2008	232	СОЛЯНКА РЫБНАЯ	220	9,5	6,3	2,8	107
2011	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	200	4,8	7,7	25,4	201
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	13,7	14,8	8,4	220
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,3	0,1	17,2	72
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	50	4,3	0,7	24,2	118
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,8	84
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,8	29,2	163
<b>Итого</b>				<b>39,9</b>	<b>40,7</b>	<b>133,5</b>	<b>1067</b>
<b>Всего</b>				<b>66,6</b>	<b>59,7</b>	<b>220,5</b>	<b>1706</b>

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Казанцева Н.Г.

Повар с м/о  Мачулис О,В,

