



МЕНЮ

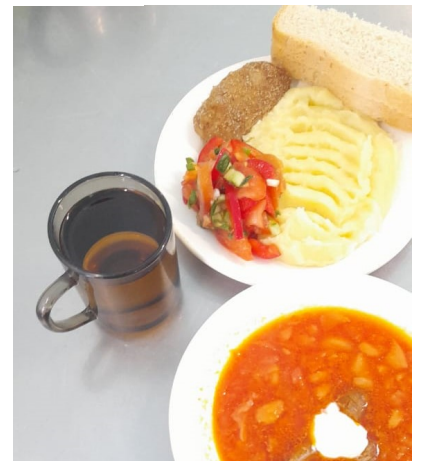
**7-10 лет
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 6**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		1	6
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	7,6	9,4	20,9	200
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3	3,1	19,6	119
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,3	28,6	77
Итого				13,4	12,8	70,1	402
Обед							
2008	25	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	50	0,5	5,1	1,9	56
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	6,5	9,5	12,9	168
2011	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С МАСЛОМ	75/5	12,9	18,5	13,7	250
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,5	9,2	31	225
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,3	28,6	77
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	80
Итого				30,5	43,2	125,3	942
Всего				43,9	56	195,4	1344

Бухгалтер Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра Федорова Р.Р.

Повар с м/о Ляшенко А.В.





МЕНЮ

7-10 лет
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 7

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,8	3,6	3,1	48
2011	229	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	140	21,9	13,5	4,3	226
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,6	6,1	38,5	224
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		15	61
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,3	28,6	77
Итого				29	23,5	89,5	636
Обед							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,9	2,9	5	51
2008	232	СОЛЯНКА СБОРНАЯ МЯСНАЯ	200	6,9	8,5	2,8	118
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ С МАСЛОМ	180/5	21,6	28,1	22	427
2008	399	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ И ЯБЛОК	200	0,5	0,2	26	111
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,3	28,6	77
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	80
Итого				35	40,4	101,4	864
Всего				64	63,9	190,9	1500

Бухгалтер _____ Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра _____ Федорова Р.Р.

Повар с м/о _____ Ляшенко А.В.





МЕНЮ

7-10 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	ЗЕЛЕНЬЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	30	0,6		1,3	8
2011	298	КАПУСТА ТУШЕННАЯ	140	13,8	12,3	19,3	243
2008	272	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	8,3	11,7	9,5	162
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,3	28,6	77
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	28,8	133
Итого				17,6	12,9	78	461
Обед							
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С ЗЕЛЕНЬЮ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	50	0,5	5	1,5	54
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	3,5	4,8	21,6	144
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	9	9,5	2,5	131
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,2	7,2	39,7	248
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,3	38,1	103
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	121
2008	411	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,2		25	102
		ФРУКТЫ	120	2,5	0,8	34,4	157
Итого				26,5	27,3	157	914
Всего				44,1	40,2	235	1375

Бухгалтер Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра Федорова Р.Р.

Повар с м/о Ляшенко А.В.






МЕНЮ

7-10 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 9

Сборник рецептур	№ 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	28,5	20,3	38,2	456
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	7,04	3	3,1	19,6	119
Итого				70,21	31,5	23,4	57,8	575
Обед								
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	4,79	0,8	3	4,1	46
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ С	250	24,42	7,2	6,7	20,2	171
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	70	34,71	10,1	9,7	10,8	156
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	13,20	3,4	7	23,3	169
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	30	1,66	0,6	1,7	1,7	24
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	5,25	0,7	0,3	28,8	133
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	2,02	3,3	0,3	38,1	103
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	3,05	4	0,5	25,4	121
2008		ЯБЛОКО	100	14,77	0,4	0,4	9,8	47
Итого				103,87	30,5	29,6	162,2	970
Всего				174,08	62	53	220	1545

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Федорова Р.Р.

Повар с м/о  Ляшенко А.В.





МЕНЮ

25 февраля 2022 г.

7-10 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 СВЕЖИЙ	30	0,2		0,7	4
2008	265	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	200	17,7	18,7	40,9	403
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,3	28,6	77
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		15	61
Итого				20,6	19	85,2	545
Обед							
2011	41	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	50	0,6	4,9	3,5	61
		СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ С МЯСОМ ЦЫПЛЯТ	250	7,3	8,8	13,6	163
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МАСЛОМ	70	13,2	17,1	9,8	245
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	3,3	10,1	23,5	200
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,3	38,1	103
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	121
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,2	0,2	18,4	76
Итого				31,9	41,9	132,3	69
Всего				52,5	60,9	217,5	1514

Бухгалтер Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра Федорова Р.Р.

Повар с м/о Ляшенко А.В.

