


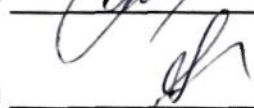


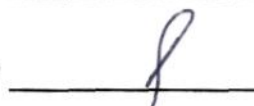
МЕНЮ

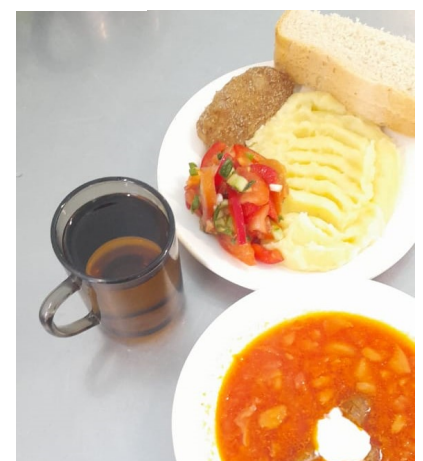
7-10 лет
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 6

| Сборник рецептур | № 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.



