





МЕНЮ

3 октября 2023 г.

12 лет и старше НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2011 | 280 | ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ | 50 | 7,5 | 8 | 3,8 | 117 |
| 2008 | 364 | СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 25 | 0,2 | 1,5 | 1,8 | 21 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 200 | 7,4 | 8,4 | 45,2 | 286 |
| 2008 | | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 40 | 3,4 | 0,6 | 19,3 | 94 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,2 | | 15 | 61 |
| Итого | | | | 18,7 | 18,5 | 85,1 | 579 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 19 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ | 100 | 0,8 | 3,1 | 2,4 | 41 |
| 2008 | 84 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ | 250 | 1,9 | 5,1 | 8,9 | 89 |
| 2011 | 265 | ПЛОВ | 220 | 17,5 | 19 | 44,8 | 419 |
| 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 | 0,6 | 18,7 | 91 |
| 2011 | 43 | АПЕЛЬСИН | 147 | 0,9 | 0,2 | 7,8 | 41 |
| Итого | | | | 28,6 | 28,7 | 135,1 | 913 |
| Всего | | | | 47,3 | 47,2 | 220,2 | 1492 |

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Казанцева Н.Г.

Повар с м/о  Мачулис О.В.,





МЕНЮ

4 октября 2023 г.

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 | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 1997 | 474 | КОТЛЕТА ОСОБАЯ С МАСЛОМ | 50 | 7,5 | 11,8 | 3,5 | 150 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 6,4 | 5,6 | 40,4 | 237 |
| 2008 | 73 | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 40 | 3,3 | 0,6 | 18,7 | 91 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ | 200 | 0,3 | | 15,2 | 63 |
| Итого | | | | 17,5 | 18 | 77,8 | 541 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 100 | 1,1 | 0,2 | 3,8 | 24 |
| 2009 | 131 | СВЕКОЛЬНИК | 250 | 2,3 | 4,7 | 16,4 | 117 |
| 2008 | 258 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 210 | 21,9 | 22,5 | 18,6 | 365 |
| 2008 | 73 | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 40 | 3,3 | 0,6 | 18,7 | 91 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 60 | 4 | 0,5 | 25,4 | 121 |
| 2008 | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 200 | 0,2 | 0,2 | 27,1 | 111 |
| 2008 | | ГРУША | 143 | 0,6 | 0,4 | 14,7 | 67 |
| Итого | | | | 33,4 | 29,1 | 124,7 | 896 |
| Всего | | | | 50,9 | 47,1 | 202,5 | 1437 |

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

5 октября 2023 г.

12 лет и старше НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---|--------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 100 | 18,8 | 13 | 22,8 | 288 |
| 2008 | 73 | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 25 | 2 | 0,4 | 11,7 | 57 |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 200 | 2,3 | 1,6 | 25,9 | 126 |
| Итого | | | | 23,1 | 15 | 60,4 | 471 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 27 | САЛАТ ИЗ СЫРА, ЯБЛОК И ОГУРЦОВ | 100 | 9,3 | 21,7 | 3,1 | 247 |
| 2008 | 99 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ | 250/25 | 10,4 | 8,4 | 20,1 | 199 |
| 2008 | 231 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ | 100 | 13 | 8,9 | 4,6 | 150 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 200 | 4,5 | 9,2 | 31,1 | 226 |
| 2008 | 73 | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 40 | 3,3 | 0,6 | 18,7 | 91 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 60 | 4 | 0,5 | 25,4 | 121 |
| 2008 | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 200 | 0,2 | 0,2 | 27,1 | 111 |
| 2011 | 43 | АПЕЛЬСИН | 147 | 0,9 | 0,2 | 7,8 | 41 |
| Итого | | | | 45,6 | 49,7 | 137,9 | 1186 |
| Всего | | | | 68,7 | 64,7 | 198,3 | 1657 |

Бухгалтер *Иванов* Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра *Иванов* Казанцева Н.Г.

Повар с м/о *Иванов* Мачулис О.В.



