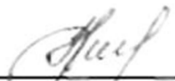





МЕНЮ

7-11 лет льготники НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 6

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---|----------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2011 | 204 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ | 200 | 15,5 | 11,5 | 66,3 | 432 |
| 2011 | 1 | БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ | 40 | 2,4 | 9,2 | 15,1 | 153 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 3 | 3,1 | 19,6 | 119 |
| 2008 | 73 | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 30 | 2,5 | 0,4 | 14,1 | 68 |
| Итого | | | | 23,4 | 24,2 | 115,1 | 772 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 25 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ | 60 | 1 | 10,1 | 3,4 | 110 |
| 2008 | 76 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ | 200/0/20 | 4,9 | 6 | 8,8 | 109 |
| 2011 | 282 | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С МАСЛОМ | 90 | 15,1 | 21 | 10,1 | 288 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3,4 | 6,9 | 23,3 | 169 |
| 2008 | 73 | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 30 | 2,5 | 0,4 | 14,1 | 68 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 80 |
| 2008 | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 200 | 0,2 | 0,2 | 27,1 | 111 |
| 2011 | 43 | БАНАН | 143 | 1,7 | 0,6 | 24,4 | 112 |
| Итого | | | | 31,4 | 45,6 | 128,2 | 1047 |
| Всего | | | | 54,8 | 69,8 | 243,3 | 1819 |

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Казанцева Н.Г.

Повар с м/о  Мачулис О.В.





МЕНЮ

7-11 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 7

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|-----------------------------------|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 60 | 1,1 | 5,3 | 4,6 | 71 |
| 2008 | 231 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ | 100 | 13 | 8,9 | 4,6 | 150 |
| 2008 | 325 | РИС ОТВАРНОЙ | 150 | 6,7 | 6,6 | 71,2 | 371 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ | 200 | 0,3 | | 15,2 | 63 |
| 2008 | 73 | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 30 | 2,5 | 0,4 | 14,1 | 68 |
| 2011 | 43 | ЯБЛОКО | 126 | 0,4 | 0,4 | 10,6 | 51 |
| Итого | | | | 24 | 21,6 | 120,3 | 774 |
| Обед | | | | | | | |
| 2011 | 45 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 60 | 1 | 2,9 | 5,2 | 52 |
| 2008 | 91 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 200 | 1,9 | 3,4 | 13,2 | 92 |
| 2008 | 299 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ | 200 | 15,3 | 23,8 | 30,6 | 398 |
| 2008 | 73 | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 30 | 2,5 | 0,4 | 14,1 | 68 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 80 |
| 2008 | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 200 | 0,2 | 0,2 | 27,1 | 111 |
| 2011 | 43 | ЯБЛОКО | 126 | 0,4 | 0,4 | 10,6 | 51 |
| Итого | | | | 23,9 | 31,5 | 117,8 | 852 |
| Всего | | | | 47,9 | 53,1 | 238,1 | 1626 |

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.

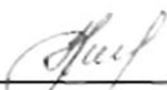




МЕНЮ

7-11 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 8

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2011 | 219 | ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ | 60 | 1,2 | 0,1 | 2,4 | 15 |
| 2008 | 272 | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С МАСЛОМ | 90 | 15,1 | 16,4 | 9,7 | 246 |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 150 | 4,8 | 4,2 | 18,5 | 134 |
| 2008 | 73 | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 30 | 2,5 | 0,4 | 14,1 | 68 |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 200 | 0,7 | 0,3 | 28,8 | 133 |
| Итого | | | | 24,3 | 21,4 | 73,5 | 596 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 23 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С ЗЕЛЕНЬЮ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ | 60 | 0,7 | 6,1 | 2 | 67 |
| 2011 | 108 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИНА М/Б | 200 | 2,6 | 3,4 | 15,7 | 105 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 90 | 16,1 | 17,1 | 4,4 | 237 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 6,2 | 7,2 | 39,7 | 248 |
| 2008 | 73 | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 30 | 2,5 | 0,4 | 14,1 | 68 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 80 |
| 2008 | 436 | НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ | 200 | 0,2 | | 25 | 102 |
| 2011 | 43 | ГРУША | 154 | 0,5 | 0,4 | 13,6 | 62 |
| Итого | | | | 31,4 | 35 | 131,5 | 969 |
| Всего | | | | 55,7 | 56,4 | 205 | 1565 |

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Казанцева Н.Г.

Повар с м/о  Мачулис О.В.





МЕНЮ

7-11 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 9

| 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 | 150 | 39 | 25,2 | 35,9 | 536 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 3 | 3,1 | 19,6 | 119 |
| 2008 | 73 | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 50 | 4,2 | 0,7 | 23,5 | 114 |
| 2011 | 43 | ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 8,3 | 40 |
| Итого | | | | 46,6 | 29,4 | 87,3 | 809 |
| Обед | | | | | | | |
| 2011 | 67 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 60 | 0,8 | 3,6 | 4,9 | 56 |
| 2011 | 101 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ С МЯСОМ | 200 | 5,7 | 5,3 | 16 | 135 |
| 2011 | 278 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) | 100 | 14,9 | 14,1 | 10,6 | 228 |
| 2008 | 368 | СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368 | 30 | 0,6 | 1,7 | 1,7 | 24 |
| 2008 | 323 | КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 4,4 | 4,5 | 31,1 | 183 |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ | 200 | | | 28,2 | 113 |
| 2008 | 73 | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 30 | 2,5 | 0,4 | 14,1 | 68 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 80 |
| 2008 | | ГРУША | 143 | 1,1 | 0,8 | 27,8 | 127 |
| Итого | | | | 32,6 | 30,8 | 151,4 | 1014 |
| Всего | | | | 79,2 | 60,2 | 238,7 | 1823 |



Бухгалтер *Н.Ю.* Калугина Н.Ю.

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

Повар с м/о *О.В.* Мачулис О.В.





МЕНЮ

7-11 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 10

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---------------------------|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ | 60 | 0,5 | 0,1 | 1 | 8 |
| 2011 | 291 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 210 | 41,2 | 44,2 | 40,1 | 724 |
| 2008 | 73 | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 30 | 2,5 | 0,4 | 14,1 | 68 |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ | 200 | | | 28,2 | 113 |
| Итого | | | | 44,2 | 44,7 | 83,4 | 913 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 28 | САЛАТ "ПОЛОНЫНСКИЙ" | 60 | 0,8 | 6 | 2,7 | 68 |
| | | СУП ПО--ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ | 200 | 5 | 6,9 | 5,3 | 103 |
| 2008 | 290 | ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МАСЛОМ | 90 | 16,9 | 14,7 | 6,1 | 244 |
| 2008 | 133 | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ | 150 | 3,3 | 10,1 | 23,5 | 200 |
| 2008 | 73 | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 30 | 2,5 | 0,4 | 14,1 | 68 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 80 |
| 2008 | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 200 | 0,2 | 0,2 | 27,1 | 111 |
| 2011 | 43 | БАНАН | 137 | 1,2 | 0,4 | 16,8 | 77 |
| Итого | | | | 32,5 | 39,1 | 112,6 | 951 |
| Всего | | | | 76,7 | 83,8 | 196 | 1864 |

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.

