

Согласовано



директор

Рубкевич Е.А./

# МЕНЮ

23 декабря 2022 г.

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	6,5	4	25	162
1994	630., ТТ К	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	2,5	1,7	15,7	88
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,9	15,2	77
<b>Итого</b>				<b>11,3</b>	<b>14,9</b>	<b>56</b>	<b>402</b>
<b>II Завтрак</b>							
2006	324	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,7	3,5	0,3	57
2008	442	СОК	185				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,9	15,2	77
<b>Итого</b>				<b>6,9</b>	<b>4,4</b>	<b>15,5</b>	<b>134</b>
<b>Обед</b>							
2006	27	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ СО СМЕТАНОЙ	200	4,9	5,9	11,9	127
2017	100	ШНИЦЕЛЬ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ	90	12,7	19,7	14,1	290
2020	70	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,4	4	13,8	111
2006	585	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	21,7	89
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,9	15,2	77
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,5	16,5	71
		ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	10,7	52
<b>Итого</b>				<b>26,3</b>	<b>31,6</b>	<b>103,9</b>	<b>817</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,1	1,5	11,2	63
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		10,9	44
<b>Итого</b>				<b>1,3</b>	<b>1,5</b>	<b>22,1</b>	<b>107</b>
<b>Всего</b>				<b>45,8</b>	<b>52,4</b>	<b>197,5</b>	<b>1460</b>

Осокина С.С.

Буличева С.Е.







