

Согласовано



МЕНЮ

5 марта 2022 г.

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10		7,9	0,1	72
2006	4, Стр. 1 49	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	190/5	7,3	6,1	29,6	208
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	190	3,7	2,4	20,6	120
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	41	3	1,2	20,9	106
Итого				14	17,6	71,2	506
II Завтрак							
2006	23	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,7	5,9		73
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,1	53
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3	1,2	20,9	106
Итого				7,9	7,1	34	232
Обед							
		ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	35	0,7	2,9	2,5	37
2006	120	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ, С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	4,1	6,5	7,7	111
2006	403	ПЛОВ С МЯСОМ	230	18,4	15,6	44,8	416
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		21,3	86
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3	1,2	20,9	106
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,6	21,8	94
Итого				29,8	26,8	119	850
Полдник							
		ВАФЛИ	23	0,7	0,8	18	82
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,3	45
		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,8	61
Итого				1,4	1,3	42,1	188
Всего				53,1	52,8	266,3	1776

 Осокина С.С.

 Буличева С.Е.

Согласовано



МЕНЮ

5 марта 2022 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10		7,9	0,1	72
2006	4, Стр.1 49	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	7,5	6,3	32,3	221
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4	2,7	22,8	133
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	81	6,1	2,4	41,7	213
Итого				17,6	19,3	96,9	639
II Завтрак							
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,7	5,9		73
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		13,1	53
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	51	3,8	1,5	26,1	133
Итого				8,7	7,4	39,2	259
Обед							
		ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	35	0,7	2,9	2,5	37
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ, КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	4,6	7,7	8,9	130
2008	265	ПЛОВ С МЯСОМ	250	17,2	15,1	47,9	418
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,3	0,1	23,7	96
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	61	4,6	1,8	31,3	159
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	79	5,2	1	35	151
Итого				32,6	28,6	149,3	991
Полдник							
2008		ВАФЛИ	23	0,7	0,8	18	82
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,3	45
		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
Итого				1,4	1,3	42	188
Всего				60,3	56,6	327,4	2077

Осокина С.С.

Буличева С.Е.

