

Согласовано



# МЕНЮ

15 мая 2023 г.

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>II Завтрак</b>							
2006	4, Стр. 1 49	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	6,2	2,8	27,8	160
2006	23	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,5		55
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	2,6	1,7	17	94
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
<b>Итого</b>				<b>14,6</b>	<b>9,9</b>	<b>60,2</b>	<b>388</b>
<b>Обед</b>							
2006	120	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ, С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	3,4	4,3	7,1	93
2006	403	ПЛОВ С МЯСОМ	240	19,3	16,5	46,4	434
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	180	0,3		22,3	90
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
		ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	10,7	52
<b>Итого</b>				<b>28,3</b>	<b>22,6</b>	<b>119,5</b>	<b>824</b>
<b>Полдник</b>							
		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
2006	644	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4	10,1	102
<b>Итого</b>				<b>6,2</b>	<b>4,7</b>	<b>25,6</b>	<b>173</b>
<b>Ужин 1</b>							
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,4	4,1	1,4	44
2006	332	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	70/30	8,8	7,2	9,9	139
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3	4,1	19,3	130
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
<b>Итого</b>				<b>17,3</b>	<b>16,8</b>	<b>75,4</b>	<b>515</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
<b>Итого</b>				<b>5,4</b>	<b>5</b>	<b>21,6</b>	<b>158</b>
<b>Всего</b>				<b>71,8</b>	<b>59</b>	<b>302,3</b>	<b>2058</b>

Осокина С.С.

Буличева С.Е.

Согласовано

# МЕНЮ

15 мая 2023 г.  
12-18 лет



директор  
Рубкевич Е.А./

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>II Завтрак</b>							
2006	4, Стр. 1 49	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7	3,2	31,7	183
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	7,1	9		111
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	2,6	1,7	17	94
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
<b>Итого</b>				<b>19</b>	<b>14,8</b>	<b>64,1</b>	<b>467</b>
<b>Обед</b>							
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ, КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	4,5	6	8,9	122
2008	265	ПЛОВ С МЯСОМ	200	19,2	17,2	53,7	471
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	180	0,3	0,1	23,7	96
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
		ЯБЛОКО	120	0,5	0,5	11,8	56
<b>Итого</b>				<b>29,4</b>	<b>25,3</b>	<b>131,1</b>	<b>900</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
2006	644	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4	10,1	102
<b>Итого</b>				<b>6,2</b>	<b>4,7</b>	<b>25,6</b>	<b>173</b>
<b>Ужин 1</b>							
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	0,7	7,1	2,3	76
2006	332	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	100/30	12,7	9,9	13,6	192
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,6	5	24,2	162
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	100	0,2		12,7	51
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	70	4,6	0,8	30,8	133
<b>Итого</b>				<b>26,3</b>	<b>24,5</b>	<b>114,4</b>	<b>771</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
<b>Итого</b>				<b>5,4</b>	<b>5</b>	<b>21,6</b>	<b>158</b>
<b>Всего</b>				<b>86,3</b>	<b>74,3</b>	<b>356,8</b>	<b>2469</b>

Осокина С.С

Буличева С.Е.



