

Согласовано

директор

/Рубкевич Е.А./

МЕНЮ

12 октября 2021

12-18 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	0,1	8,3	0,1	75
2017	58	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ	200	6	4,1	24,4	161
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	3,4	1,8	22,3	120
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	6	2,3	41,1	210
Итого				15,5	16,5	87,9	566
II Завтрак							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167
2008	442	СОК	190				
2008		ФРУКТ	150	0,6	0,6	14,8	71
Итого				3,6	4,5	44,6	238
Обед							
2008	75	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ	250	4,9	6,6	15,2	153
2017	ТТК	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО- ДОМАШНЕМУ	110	15,1	11,8	12,1	216
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	190	3,5	5,1	24,3	163
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200	0,3		24,8	100
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	76	5	0,9	33,4	144
Итого				33,3	26,1	140,6	933
Полдник							
2017	201	МАННИК	100/5	7,2	9,1	38,5	273
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		14,1	56
Итого				7,4	9,1	52,6	329
Ужин 1							
2008	10	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	150	2,4	15,3	11,7	194
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	230	21,4	17,1	22,4	357
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		14,1	56
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	66	4,4	0,8	29,2	126
Итого				32,9	34,9	108,2	890
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	190	5,2	4,8	20,8	152
Итого				5,2	4,8	20,8	152
Всего				97,9	95,9	454,7	3108

Осокина С.С.

Согласовано

директор

Рубкевич Е.А.

Рубкевич Е.А.

МЕНЮ

12 октября 2022 г.

12-18 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	0,1	8,5	0,1	75
2017	58	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ	200	6	4,1	24,4	161
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	3,4	1,8	22,3	120
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	6	2,3	41,1	210
Итого				15,5	16,5	87,9	566
II Завтрак							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167
2008	442	СОК	190				
2008		ФРУКТ	150	0,6	0,6	14,8	71
Итого				3,6	4,5	44,6	238
Обед							
2008	75	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ	250	4,9	6,6	15,2	153
2017	ТТК	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО- ДОМАШНЕМУ	110	15,1	11,8	12,1	216
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	190	3,5	5,1	24,3	163
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200	0,3		24,8	100
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	76	5	0,9	33,4	144
Итого				33,3	26,1	140,6	933
Полдник							
2017	201	МАННИК	100/5	7,2	9,1	38,5	273
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		14,1	56
Итого				7,4	9,1	52,6	329
Ужин 1							
2008	10	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	150	2,4	15,3	11,7	194
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	230	21,4	17,1	22,4	357
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		14,1	56
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	66	4,4	0,9	29,2	126
Итого				32,9	34,1	108,2	890
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	190	5,2	4,8	20,8	152
Итого				5,2	4,8	20,8	152
Всего				97,9	95,9	454,7	3108

Осокина С.С.

Рубкевич Е.А.

