

Согласовано

директор

/Рубкевич Е.А./

МЕНЮ

20 октября 2022

12-18 лет.



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2020	40	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	200	29,1	14,8	43,8	447
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	3,4	1,8	22,3	120
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	6	2,3	40,8	208
Итого				38,6	27,2	107	850
II Завтрак							
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,7	5,9		73
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		14,1	56
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	1,4	25,5	130
Итого				8,6	7,3	39,6	259
Обед							
		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	80	3,8	11	5,6	140
2006	114,135	СУП КУРИННЫЙ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И СМЕТАНОЙ	250	5,4	5,8	12,9	138
2008		БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ	100	14,6	11,3	8,4	211
2006	66	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,4	4,8	39,3	229
2020	83	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,4	3,6	3,1	48
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	25,5	104
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	1,4	25,5	130
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	70	4,6	0,8	30,5	132
Итого				39,1	38,9	150,8	1132
Полдник							
2020	89	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	100	8,4	4,5	53,4	290
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		14,1	56
		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,8	61
Итого				9,1	5	80,3	407
Ужин 1							
2010	393	КОЛБАСА ВАРЕНАЯ	85	11,3	18,9		214
2020	70	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	190	4,3	4,9	17,8	142
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		14,1	56
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,6	156
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	70	4,6	0,8	30,5	132
Итого				24,9	26,3	93	700
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	220	6	5,5	23,8	174
Итого				6	5,5	23,8	174
Всего				126,3	110,2	494,5	3522

Петр Сокина с.с.

А.А. Рубкевич с.с.

Согласовано

директор

/Рубкевич Е.А./

МЕНЮ

20 октября 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	0,1	8,3	0,1	75
2020	40	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	170	23,5	12	37	370
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,1	1,7	20	108
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,4	104
Итого				29,7	23,2	77,5	657
II Завтрак							
2006	23	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,7	5,9		73
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,4	104
Итого				7,9	7,1	32,2	224
Обед							
		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	50	2,8	7,1	4,1	96
2006	114,135	СУП КУРИНЫЙ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И СМЕТАНОЙ	200	5	5,3	10,4	122
2008		БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ	90	13,2	10,2	7,5	190
2006	66	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	4,9	3,6	30,2	176
2020	83	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,5	1,4	3,5	32
2006	585	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	22,9	93
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,4	104
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,4	75
Итого				32,1	29,4	116,4	888
Полдник							
2020	89	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	100	8,5	4,7	53,6	293
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
Итого				9,2	5,2	78,1	401
Ужин 1							
2010	393	КОЛБАСА ВАРЕНАЯ	85	11,3	18,9		214
2020	70	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	160	3,6	4,2	14,5	118
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,4	104
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,6	21,7	94
Итого				21,4	24,9	68,4	577
Ужин 2							
2010	645	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	220	6	5,5	23,9	175
Итого				6	5,5	23,9	175
Всего				106,3	95,3	396,5	2922

