

## МЕНЮ

" 17 " апреля 2024 г.



7-11 лет

8 день

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда                           | Выход | Цена, руб.    | Химический состав |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------|---------------|--|-------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|                    |               |  |       |               | Белки, г          | Жиры, г      | Угле-воды, г  |                               |
| <b>Завтрак</b>     |               |  |       |               |                   |              |               |                               |
| 2011               | 3             | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                            | 35    | 22,98         | 4,10              | 6,10         | 10,60         | 114,00                        |
| 2011               | 175           | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА         | 200   | 24,86         | 5,70              | 10,60        | 32,00         | 247,00                        |
| 2008               |               | ПРЯНИКИ                                      | 40    | 13,57         | 2,40              | 1,90         | 30,00         | 146,00                        |
| 2021               | 8             | ЧАЙ С САХАРОМ                                | 200   | 1,40          | 0,20              | 0,00         | 10,10         | 41,00                         |
| 2008               |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                               | 25    | 1,54          | 1,90              | 0,20         | 12,60         | 59,00                         |
| <b>Итого</b>       |               |  |       | <b>64,35</b>  | <b>14,30</b>      | <b>18,80</b> | <b>95,30</b>  | <b>607,00</b>                 |
| <b>Обед</b>        |               |  |       |               |                   |              |               |                               |
| 2023               | 103           | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                    | 100   | 10,21         | 1,60              | 5,10         | 5,30          | 76,00                         |
| 2011               | 102           | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ                  | 250   | 10,36         | 5,70              | 5,40         | 18,90         | 147,00                        |
| 2005               | 240           | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5) | 95    | 35,53         | 12,80             | 5,90         | 8,70          | 140,00                        |
| 2011               | 145           | КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ                  | 150   | 17,42         | 3,30              | 10,60        | 22,90         | 205,00                        |
| 2008               | 411           | КИСЕЛЬ                                       | 200   | 6,15          | 0,10              | 0,10         | 27,90         | 113,00                        |
| 2008               |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                               | 50    | 3,06          | 3,80              | 0,30         | 25,10         | 118,00                        |
| 2008               |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                  | 30    | 2,04          | 2,00              | 0,30         | 12,70         | 61,00                         |
| <b>Итого</b>       |               |  |       | <b>84,82</b>  | <b>29,30</b>      | <b>27,70</b> | <b>121,50</b> | <b>860,00</b>                 |
| <b>Полдник</b>     |               |  |       |               |                   |              |               |                               |
| 2023               | 63            | СЛОЙКА С КЛЮКВОЙ                             | 70    | 42,98         | 3,70              | 10,20        | 19,00         | 207,00                        |
| 2011               | 386           | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ)               | 180   | 21,53         | 5,00              | 4,50         | 8,10          | 102,00                        |
| 2011               | 338           | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ВИНОГРАД)                     | 100   | 41,31         | 0,60              | 0,60         | 15,40         | 72,00                         |
| <b>Итого</b>       |               |  |       | <b>105,82</b> | <b>9,30</b>       | <b>15,30</b> | <b>42,50</b>  | <b>381,00</b>                 |
| <b>Всего</b>       |               |  |       | <b>254,99</b> | <b>52,90</b>      | <b>61,80</b> | <b>259,30</b> | <b>1 848,00</b>               |

Повар Истомина (А.А.Истомина)



ИП Пономаренко Р.А.



# МЕНЮ

" 14 " апреля 2024 г.

12-18 лет

8 день

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда                            | Выход | Цена, руб.    | Химический состав |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---|-------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|                  |               |   |       |               | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |
| <b>Завтрак</b>   |               |   |       |               |                   |              |               |                               |
| 2011             | 3             | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                             | 35    | 22,98         | 4,10              | 6,10         | 10,60         | 114,00                        |
| 2011             | 175           | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА          | 250   | 28,59         | 7,10              | 13,20        | 40,00         | 308,00                        |
| 2008             |               | ПРЯНИКИ                                       | 40    | 13,57         | 2,40              | 1,90         | 30,00         | 146,00                        |
| 2021             | 8/1           | ЧАЙ С САХАРОМ                                 | 200   | 1,98          | 0,40              | 0,00         | 10,50         | 44,00                         |
| 2008             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 40    | 2,45          | 3,10              | 0,30         | 20,10         | 95,00                         |
| <b>Итого</b>     |               |   |       | <b>69,57</b>  | <b>17,10</b>      | <b>21,50</b> | <b>111,20</b> | <b>707,00</b>                 |
| <b>Обед</b>      |               |   |       |               |                   |              |               |                               |
| 2023             | 103           | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                     | 100   | 9,15          | 1,60              | 5,10         | 5,30          | 76,00                         |
| 2011             | 102           | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ                   | 250   | 10,36         | 5,70              | 5,40         | 18,90         | 147,00                        |
| 2005             | 240           | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (100/5) | 105   | 35,19         | 14,10             | 6,10         | 9,50          | 150,00                        |
| 2011             | 145           | КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ                   | 180   | 20,89         | 3,90              | 12,70        | 27,50         | 246,00                        |
| 2008             | 411           | КИСЕЛЬ  | 200   | 6,15          | 0,10              | 0,10         | 27,90         | 113,00                        |
| 2008             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 60    | 3,06          | 4,60              | 0,40         | 30,10         | 142,00                        |
| 2008             |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                   | 60    | 3,40          | 4,00              | 0,50         | 25,40         | 122,00                        |
| <b>Итого</b>     |               |   |       | <b>88,20</b>  | <b>34,00</b>      | <b>30,30</b> | <b>144,60</b> | <b>996,00</b>                 |
| <b>Полдник</b>   |               |   |       |               |                   |              |               |                               |
| 2023             | 63            | СЛОЙКА С КЛЮКВОЙ                              | 70    | 42,98         | 3,70              | 10,20        | 19,00         | 207,00                        |
| 2011             | 386           | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ)                | 200   | 23,92         | 5,60              | 5,00         | 9,00          | 113,00                        |
| 2011             | 338           | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ВИНОГРАД)                      | 100   | 41,31         | 0,60              | 0,60         | 15,40         | 72,00                         |
| <b>Итого</b>     |               |   |       | <b>108,21</b> | <b>9,90</b>       | <b>15,80</b> | <b>43,40</b>  | <b>392,00</b>                 |
| <b>Всего</b>     |               |   |       | <b>265,98</b> | <b>61,00</b>      | <b>67,60</b> | <b>299,20</b> | <b>2 095,00</b>               |

Повар Истомина (А.А.Истомина)