



МЕНЮ

" 20 " 11 2024 г.

7-11 лет

3 день

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|--|-------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2005 | 223 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 150 | 63,48 | 26,70 | 18,50 | 21,30 | 366,00 |
| | | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ | 25 | 7,15 | 1,80 | 2,10 | 13,50 | 80,00 |
| 2011 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) | 100 | 13,47 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| 2021 | 8 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 1,32 | 0,20 | 0,00 | 10,10 | 41,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,66 | 1,90 | 0,20 | 12,60 | 59,00 |
| Итого | | | | 87,08 | 31,00 | 21,20 | 67,30 | 593,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ) | 60 | 20,01 | 0,50 | 0,10 | 1,50 | 8,00 |
| 2022 | 4 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И ТОМАТОМ | 250 | 13,44 | 3,00 | 2,80 | 24,10 | 137,00 |
| 2011 | 270 | КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5) | 95 | 105,08 | 11,40 | 16,70 | 9,00 | 232,00 |
| 2011 | 145 | КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ | 150 | 16,13 | 3,30 | 10,60 | 22,90 | 205,00 |
| 2021 | 10 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 3,51 | 0,00 | 0,00 | 9,70 | 39,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,64 | 3,10 | 0,30 | 20,10 | 95,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 35 | 2,57 | 2,30 | 0,30 | 14,80 | 71,00 |
| Итого | | | | 163,38 | 23,60 | 30,80 | 102,10 | 787,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2023 | 63 | СЛОЙКА С КЛЮКВОЙ | 70 | 42,54 | 3,80 | 10,30 | 19,00 | 207,00 |
| 2011 | 386 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ) | 180 | 21,53 | 5,00 | 4,50 | 8,10 | 102,00 |
| 2011 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) | 100 | 25,91 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 |
| Итого | | | | 89,98 | 9,70 | 15,00 | 35,20 | 352,00 |
| Всего | | | | 340,44 | 64,30 | 67,00 | 204,60 | 1 732,00 |

Повар