



## МЕНЮ

" 14 " 02 2025 г.

## 7-11 лет

## 1 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                             | 42    | 31,11         | 4,90              | 7,40         | 12,70         | 137,00                        |
| 2011             | 209           | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                                 | 40    | 12,15         | 5,00              | 4,50         | 0,30          | 61,00                         |
| 2011             | 174           | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА                  | 200   | 40,61         | 5,60              | 10,40        | 40,30         | 278,00                        |
| 2021             | 12            | КАКАО С МОЛОКОМ                               | 200   | 21,56         | 4,20              | 3,30         | 14,90         | 108,00                        |
| 2008             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 20    | 1,44          | 1,50              | 0,10         | 10,00         | 47,00                         |
| <b>Итого</b>     |               |   |       | <b>106,87</b> | <b>21,20</b>      | <b>25,70</b> | <b>78,20</b>  | <b>631,00</b>                 |
| <b>Обед</b>      |               |   |       |               |                   |              |               |                               |
| 2011             | 71            | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ) | 60    | 20,47         | 0,70              | 0,10         | 2,30          | 14,00                         |
| 2011             | 82            | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ                  | 250   | 14,99         | 2,20              | 5,80         | 13,10         | 116,00                        |
| 2011             | 260           | ГУЛЯШ   | 90    | 91,24         | 13,50             | 15,50        | 3,30          | 206,00                        |
| 2011             | 312           | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                             | 150   | 39,42         | 3,30              | 5,30         | 22,30         | 137,00                        |
| 2021             | 10            | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                   | 200   | 3,92          | 0,00              | 0,00         | 9,70          | 39,00                         |
| 2008             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 50    | 3,60          | 3,80              | 0,30         | 25,10         | 118,00                        |
| 2008             |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                   | 40    | 3,19          | 2,70              | 0,40         | 17,00         | 82,00                         |
| <b>Итого</b>     |               |   |       | <b>176,83</b> | <b>26,20</b>      | <b>27,40</b> | <b>92,80</b>  | <b>712,00</b>                 |
| <b>Полдник</b>   |               |   |       |               |                   |              |               |                               |
| 2023             | 55            | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ И ИЗЮМОМ                  | 100   | 48,84         | 8,10              | 2,50         | 40,00         | 278,00                        |
| 2011             | 389           | СОК ФРУКТОВЫЙ                                 | 200   | 28,80         | 1,00              | 0,20         | 20,20         | 86,00                         |
| <b>Итого</b>     |               |   |       | <b>77,64</b>  | <b>9,10</b>       | <b>2,70</b>  | <b>60,20</b>  | <b>364,00</b>                 |
| <b>Всего</b>     |               |   |       | <b>361,34</b> | <b>56,50</b>      | <b>55,80</b> | <b>231,20</b> | <b>1 707,00</b>               |

Повар