

ИП Орлов А.О.



МЕНЮ

" 20 " 10 2023 г.

7-11 лет

10 день

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---|-------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 52 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ | 100 | 15,27 | 1,40 | 6,10 | 8,30 | 93,00 |
| 2011 | 291 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 170 | 67,22 | 14,40 | 8,90 | 30,40 | 260,00 |
| 2021 | 11 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 10,61 | 3,40 | 2,40 | 17,50 | 106,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,44 | 1,50 | 0,10 | 10,00 | 47,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,18 | 1,30 | 0,20 | 8,50 | 41,00 |
| Итого | | | | 95,72 | 22,00 | 17,70 | 74,70 | 547,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ) | 60 | 9,09 | 0,70 | 0,10 | 2,30 | 14,00 |
| 2011 | 103 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 250 | 10,32 | 2,80 | 2,90 | 20,20 | 118,00 |
| 2011 | 271 | КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5) | 95 | 72,17 | 11,70 | 21,50 | 8,60 | 275,00 |
| 2011 | 171.1 | КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ | 150 | 15,28 | 8,20 | 9,70 | 37,00 | 268,00 |
| 2011 | 389 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 28,80 | 1,00 | 0,20 | 19,60 | 63,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,88 | 3,10 | 0,30 | 20,10 | 95,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,18 | 1,30 | 0,20 | 8,50 | 41,00 |
| Итого | | | | 139,72 | 28,80 | 34,90 | 116,30 | 894,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2023 | 101 | ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ С ТВОРОГОМ | 100 | 22,71 | 14,20 | 9,50 | 32,30 | 274,00 |
| 2021 | 8 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 1,34 | 0,20 | 0,00 | 10,10 | 41,00 |
| 2011 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУША) | 100 | 41,67 | 0,40 | 0,30 | 10,50 | 47,00 |
| Итого | | | | 65,72 | 14,80 | 9,80 | 52,70 | 362,00 |
| Всего | | | | 301,16 | 65,60 | 62,40 | 243,70 | 1 803,00 |

Повар Еду Ростомьян Н.Р.

МЕНЮ

" 20 " 10 2023 г.

12-18 лет

10 день

| Сбор- ник рецеп- тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энерге- тическая ценность, ккал |
|-------------------------------|------------------|--|-------|---------------|-------------------|--------------|------------------|--|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 52 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ | 100 | 15,27 | 1,40 | 6,10 | 8,30 | 93,00 |
| 2011 | 291 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 200 | 69,13 | 16,90 | 10,50 | 35,70 | 305,00 |
| 2021 | 11/1 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 10,94 | 3,40 | 2,40 | 21,30 | 121,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,88 | 3,10 | 0,30 | 20,10 | 95,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,18 | 1,30 | 0,20 | 8,50 | 41,00 |
| Итого | | | | 99,40 | 26,10 | 19,50 | 93,90 | 655,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ) | 100 | 11,11 | 1,10 | 0,20 | 3,80 | 24,00 |
| 2011 | 103 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 250 | 10,32 | 2,80 | 2,90 | 20,20 | 118,00 |
| 2011 | 271 | КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (100/5) | 105 | 71,22 | 12,90 | 23,30 | 9,50 | 299,00 |
| 2011 | 171.1 | КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ | 180 | 15,29 | 9,80 | 11,70 | 44,30 | 321,00 |
| 2011 | 389 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 28,80 | 1,00 | 0,20 | 19,60 | 83,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 60 | 3,60 | 4,60 | 0,40 | 30,10 | 142,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 1,47 | 2,00 | 0,30 | 12,70 | 61,00 |
| Итого | | | | 141,81 | 34,20 | 39,00 | 140,20 | 1 048,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2023 | 101 | ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ С ТВОРОГОМ | 140 | 21,73 | 19,80 | 13,40 | 45,00 | 382,00 |
| 2021 | 8/1 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 1,86 | 0,40 | 0,00 | 10,50 | 44,00 |
| 2011 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУША) | 100 | 41,67 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 |
| Итого | | | | 65,26 | 20,60 | 13,70 | 65,80 | 473,00 |
| Всего | | | | 306,47 | 80,90 | 72,20 | 299,90 | 2 176,00 |

Повар Е.С. Ростомян Н.Р.