

**МЕНЮ**" 16 " января 2024 г.**7-11 лет****7 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 | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ) | 60 | 18,66 | 0,50 | 0,10 | 1,50 | 8,00 |
| 2011 | 297 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5) | 95 | 60,21 | 13,40 | 16,60 | 6,90 | 231,00 |
| 2011 | 312 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 25,68 | 3,30 | 5,30 | 22,30 | 137,00 |
| 2011 | 389 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 26,40 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 86,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,27 | 2,30 | 0,20 | 15,10 | 71,00 |
| Итого | | | | 133,22 | 20,50 | 22,40 | 66,00 | 533,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ) | 60 | 20,45 | 0,70 | 0,10 | 2,30 | 14,00 |
| 2011 | 108 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ | 250 | 11,03 | 3,60 | 4,60 | 18,80 | 144,00 |
| 2011 | 270 | КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5) | 95 | 83,08 | 11,40 | 16,70 | 9,00 | 232,00 |
| 2021 | 3 | РИС С ОВОЩАМИ | 150 | 12,26 | 3,40 | 4,30 | 31,60 | 179,00 |
| 2021 | 8 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 1,37 | 0,20 | 0,00 | 10,10 | 41,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,27 | 2,30 | 0,20 | 15,10 | 71,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 1,98 | 2,00 | 0,30 | 12,70 | 61,00 |
| Итого | | | | 132,44 | 23,60 | 26,20 | 99,60 | 742,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2011 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 35 | 23,36 | 4,10 | 6,10 | 10,60 | 114,00 |
| 2022 | 83 | МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ | 200 | 33,80 | 5,60 | 4,90 | 9,30 | 105,00 |
| 2011 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУША) | 100 | 39,17 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 |
| Итого | | | | 96,33 | 10,10 | 11,30 | 30,20 | 266,00 |
| Всего | | | | 361,99 | 54,20 | 59,90 | 195,80 | 1 541,00 |

Повар _____ Н.В. Ростомян

МЕНЮ

" 16 " января 2024 г.

**12-18 лет****7 день**

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------|---------------|--|-------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ) | 100 | 23,33 | 0,80 | 0,10 | 2,50 | 14,00 |
| 2011 | 297 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (100/5) | 105 | 62,12 | 14,70 | 17,90 | 7,70 | 250,00 |
| 2011 | 312 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 26,92 | 3,80 | 6,20 | 25,70 | 174,00 |
| 2011 | 389 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 26,40 | 1,00 | 0,20 | 19,60 | 83,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,02 | 3,10 | 0,30 | 20,10 | 95,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,32 | 1,30 | 0,20 | 8,50 | 41,00 |
| Итого | | | | 143,11 | 24,70 | 24,90 | 84,10 | 657,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ) | 100 | 25,25 | 1,10 | 0,20 | 3,80 | 24,00 |
| 2011 | 108 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ | 250 | 11,03 | 3,60 | 4,60 | 18,80 | 144,00 |
| 2011 | 270 | КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (100/5) | 105 | 66,99 | 12,50 | 18,10 | 9,90 | 252,00 |
| 2021 | 3/1 | РИС С ОВОЩАМИ | 180 | 14,75 | 4,00 | 5,20 | 38,00 | 215,00 |
| 2021 | 10 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 3,44 | 0,00 | 0,00 | 9,70 | 39,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 60 | 3,78 | 4,60 | 0,40 | 30,10 | 142,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,20 | 2,70 | 0,40 | 17,00 | 82,00 |
| Итого | | | | 127,44 | 28,50 | 28,90 | 127,30 | 898,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2011 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 50 | 29,78 | 5,80 | 8,80 | 15,10 | 163,00 |
| 2022 | 83 | МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ | 200 | 33,80 | 5,60 | 4,90 | 9,30 | 105,00 |
| 2011 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУША) | 100 | 39,17 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 |
| Итого | | | | 102,75 | 11,80 | 14,00 | 34,70 | 315,00 |
| Всего | | | | 373,30 | 65,00 | 67,80 | 246,10 | 1 870,00 |

Повар _____ Н.В. Ростомян