



## МЕНЮ

"10" 02 2025 г.

7-11 лет

6 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  |                                |
| <b>Завтрак</b>     |               |   |       |               |                   |              |               |                                |
| 2011               | 120           | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ          | 180   | 15,92         | 4,10              | 3,50         | 15,10         | 109,00                         |
| 2008               |               | ПЕЧЕНЬЕ                                       | 45    | 14,39         | 3,40              | 4,40         | 33,50         | 188,00                         |
| 2011               | 386           | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ)                | 180   | 21,53         | 5,00              | 4,50         | 8,10          | 102,00                         |
| 2011               | 338           | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)                        | 100   | 13,47         | 0,40              | 0,40         | 9,80          | 47,00                          |
| 2008               |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 30    | 1,98          | 2,30              | 0,20         | 15,10         | 71,00                          |
| <b>Итого</b>       |               |   |       | <b>67,29</b>  | <b>15,20</b>      | <b>13,00</b> | <b>81,60</b>  | <b>517,00</b>                  |
| <b>Обед</b>        |               |   |       |               |                   |              |               |                                |
| 2011               | 71            | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ) | 60    | 12,27         | 0,70              | 0,10         | 2,30          | 14,00                          |
| 2011               | 108           | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ                   | 250   | 9,96          | 3,60              | 4,60         | 18,80         | 144,00                         |
| 2011               | 259           | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                           | 170   | 104,06        | 15,70             | 17,60        | 16,10         | 290,00                         |
| 2021               | 10            | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                   | 200   | 3,41          | 0,00              | 0,00         | 9,70          | 39,00                          |
| 2008               |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 50    | 3,30          | 3,80              | 0,30         | 25,10         | 118,00                         |
| 2008               |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                   | 50    | 3,67          | 3,30              | 0,40         | 21,20         | 102,00                         |
| <b>Итого</b>       |               |   |       | <b>136,67</b> | <b>27,10</b>      | <b>23,00</b> | <b>93,20</b>  | <b>707,00</b>                  |
| <b>Полдник</b>     |               |   |       |               |                   |              |               |                                |
| 2023               | 55            | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ И ИЗЮМОМ                  | 100   | 48,85         | 8,10              | 2,50         | 40,00         | 278,00                         |
| 2011               | 386           | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ)                | 200   | 23,92         | 5,60              | 5,00         | 9,00          | 113,00                         |
| <b>Итого</b>       |               |   |       | <b>72,77</b>  | <b>13,70</b>      | <b>7,50</b>  | <b>49,00</b>  | <b>391,00</b>                  |
| <b>Всего</b>       |               |   |       | <b>276,73</b> | <b>56,00</b>      | <b>43,50</b> | <b>223,80</b> | <b>1 615,00</b>                |

Повар

(Л.В.Кирыанова)