

ИП Орлов А.О.



МЕНЮ

" 15 " февраля 2022 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								
2012	22	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	60	9,68	0,8	3,1	5,2	53
2008	284	ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)	60/30	41,08	8,3	13,7	9,9	195
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	5,82	4,2	4,7	27	167
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	19,71	1	0,2	19,6	83
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,27	1,5	0,1	9,7	46
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,10	1,3	0,2	8,5	41
Итого				78,66	17,1	22	79,9	585
Обед								
2011	70	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (СВЕЖИЕ, СОЛЕННЫЕ) ПО СЕЗОНУ	60	5,51	0,7		1,4	8
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	15,19	2,3	5,3	16,4	122
2022	1т	КОТЛЕТА "ЗДОРОВЬЕ" С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	60/30	49,17	10,4	16,4	6,9	215
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	200	16,41	11	13	49,3	358
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,86			9,7	39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,18	3,7	0,3	24,3	115
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,93	2,3	0,3	14,8	71
Итого				94,25	30,4	35,3	122,8	928
Полдник								
2021	4	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ ОТВАРНЫЕ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	120/30	30,90	19,8	15,8	29,3	341
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	19,71	1	0,2	19,6	83
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	16,05	0,4	0,4	9,8	47
Итого				66,66	21,2	16,4	58,7	471
Всего				239,57	68,7	73,7	261,4	1984

Повар Александр ()