



# МЕНЮ

" 23 " января 2025 г.

12-18 лет

4 день

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда              | Выход   | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------|---------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                 |         |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                 |         |               |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          |                     | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ПО<br>КОРЕЙСКИ | 100     |               | 2,00              | 7,00    | 10,00            | 103,30                                   |
| 2011                          |                     | БЕФСТРОГАНОВ                    | 50/50   |               | 13,10             | 19,16   | 6,84             | 253,05                                   |
| 2021                          |                     | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ  | 140     |               | 5,40              | 0,68    | 32,81            | 161,20                                   |
|                               |                     | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                 | 40      |               | 0,98              | 1,18    | 3,90             | 30,26                                    |
|                               |                     | ПШЕНИЧНЫЙ                       | 20      |               | 1,32              | 0,16    | 7,92             | 46,88                                    |
|                               |                     | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК          | 200     |               | 0,30              | 0,20    | 11,10            | 46,70                                    |
| Итого                         |                     |                                 |         |               | 23,10             | 28,38   | 72,57            | 641,39                                   |
| Обед                          |                     |                                 |         |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          |                     | САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ           | 80      |               | 0,88              | 4,88    | 2,96             | 52,00                                    |
| 2011                          |                     | БОРЩ СО СМЕТАНОЙ                | 250/5   |               | 1,90              | 3,86    | 8,10             | 97,00                                    |
| 2011                          |                     | БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ             | 100     |               | 12,84             | 16,02   | 15,42            | 233,10                                   |
| 2021                          |                     | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ               | 180     |               | 3,82              | 5,10    | 23,74            | 156,80                                   |
| 2008                          |                     | ПШЕНИЧНЫЙ                       | 55      |               | 4,18              | 0,44    | 27,06            | 128,92                                   |
| 2008                          |                     | РЖАНОЙ                          | 36      |               | 2,38              | 0,43    | 14,26            | 61,49                                    |
| 2008                          |                     | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                   | 150/110 |               | 0,88              | 0,22    | 8,25             | 41,80                                    |
| 2008                          |                     | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА<br>МОЛОКЕ   | 200     |               | 5,60              | 5,10    | 19,24            | 145,09                                   |
| Итого                         |                     |                                 |         |               | 32,48             | 36,05   | 119,03           | 916,20                                   |
| Полдник                       |                     |                                 |         |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 3                   | КАША ПШЕНИЧНАЯ                  | 200     |               | 4,51              | 7,80    | 54,90            | 312,00                                   |
| 2022                          | 83                  | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК          | 200     |               | 0,00              | 0,20    | 11,10            | 46,70                                    |
| 2008                          |                     | ПШЕНИЧНЫЙ                       | 30      |               | 2,28              | 0,24    | 14,76            | 70,32                                    |
| Итого                         |                     |                                 |         |               | 6,79              | 8,24    | 80,76            | 429,02                                   |
| Всего                         |                     |                                 |         |               | 62,37             | 72,67   | 272,36           | 1 986,61                                 |

Повар Т.М. Семененко (  )