

ИП Орлов А.О.



# МЕНЮ

" 27 " апрель 2022 г.

7-11 лет

3 день

| 3 день                        |                  |                                            |        |               |                   |         |                  |                                          |
|-------------------------------|------------------|--------------------------------------------|--------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № 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                       |                  |                                            |        |               |                   |         |                  |                                          |
|                               |                  |                                            |        |               | 1                 | 4       | 5                | 62                                       |
| 2011                          | 47               | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                  | 60     | 12,57         |                   |         |                  |                                          |
| 2022                          | 9т               | ПТИЦА ТУШЕННАЯ В ТОМАТНОМ<br>СОУСЕ         | 90     | 29,63         | 12,7              | 18      | 3,2              | 225                                      |
| 2011                          | 312              | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                          | 160    | 33,83         | 3,3               | 5,5     | 22,8             | 155                                      |
| 2021                          | 8                | ЧАЙ С САХАРОМ                              | 200/10 | 1,53          | 0,2               |         | 10,1             | 41                                       |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 30     | 1,98          | 2,3               | 0,2     | 15,1             | 71                                       |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 20     | 1,18          | 1,3               | 0,2     | 8,5              | 41                                       |
|                               |                  |                                            |        | 80,72         | 20,8              | 27,9    | 64,7             | 595                                      |
| Итого                         |                  |                                            |        |               |                   |         |                  |                                          |
| Обед                          |                  |                                            |        |               |                   |         |                  |                                          |
|                               |                  |                                            |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2012                          | 22               | САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С<br>СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ | 60     | 7,47          | 0,8               | 4,1     | 5,2              | 62                                       |
| 2022                          | 4т               | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И<br>ТОМАТОМ     | 250    | 16,97         | 2,8               | 2,9     | 24               | 133                                      |
| 2022                          | 6т               | ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО<br>СМЕТАНОЙ           | 200/14 | 78,63         | 24                | 19      | 43,6             | 450                                      |
| 2021                          | 10               | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ             | 200    | 3,67          |                   |         | 9,7              | 39                                       |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 50     | 3,30          | 3,7               | 0,3     | 24,3             | 115                                      |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 35     | 2,06          | 2,3               | 0,3     | 14,8             | 71                                       |
|                               |                  |                                            |        | 112,10        | 33,6              | 26,6    | 121,6            | 870                                      |
| Итого                         |                  |                                            |        |               |                   |         |                  |                                          |
| Полдник                       |                  |                                            |        |               |                   |         |                  |                                          |
|                               |                  |                                            |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 235              | ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ<br>НАТУРАЛЬНЫЙ              | 90     | 22,01         | 9,4               | 7,5     | 7,3              | 138                                      |
| 2011                          | 386              | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ                      | 180    | 20,59         | 4,9               | 4,4     | 7,9              | 99                                       |
| 2011                          | 338              | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ                       | 100    | 18,32         | 0,4               | 0,4     | 9,8              | 47                                       |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 20     | 1,32          | 1,5               | 0,1     | 10               | 47                                       |
|                               |                  |                                            |        | 62,24         | 16,2              | 12,4    | 35               | 331                                      |
| Итого                         |                  |                                            |        | 255,06        | 70,6              | 66,9    | 221,3            | 1796                                     |
| Всего                         |                  |                                            |        |               |                   |         |                  |                                          |

Повар \_\_\_\_\_

(  )