



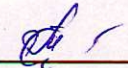
# МЕНЮ

" 22 " января 2025 г.

12-18 лет

3 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 БЕЛОКОЧАННОЙ<br>КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ | 100     |               | 2,20              | 7,00    | 3,70             | 82,87                                    |
| 2011                          |                     | КОТЛЕТА ОСОБАЯ                             | 100     |               | 12,40             | 14,57   | 14,50            | 223,80                                   |
|                               |                     | КАША ГРЕЧНЕВАЯ                             | 180     |               | 4,15              | 5,36    | 43,20            | 160,44                                   |
|                               |                     | СОК ФРУКТОВЫЙ                              | 200     |               | 1,00              | 0,20    | 20,20            | 92,00                                    |
|                               |                     | ПШЕНИЧНЫЙ                                  | 30      |               | 2,28              | 0,24    | 14,76            | 70,32                                    |
|                               |                     | РЖАНОЙ                                     | 30      |               | 1,98              | 0,36    | 11,88            | 51,24                                    |
| Итого                         |                     |                                            |         |               | 24,01             | 27,73   | 108,24           | 680,67                                   |
| Обед                          |                     |                                            |         |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          |                     | ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ                          | 80      |               | 0,93              | 0,13    | 3,07             | 17,06                                    |
| 2011                          |                     | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ БОБОВЫЕ                   | 250/25  |               | 6,50              | 2,50    | 14,40            | 105,80                                   |
| 2011                          |                     | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ                    | 200     |               | 22,10             | 21,90   | 13,20            | 339,40                                   |
| 2021                          |                     | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                              | 200     |               | 4,82              | 3,63    | 13,76            | 106,33                                   |
| 2008                          |                     | ПШЕНИЧНЫЙ                                  | 55      |               | 4,18              | 0,40    | 27,06            | 128,92                                   |
| 2008                          |                     | РЖАНОЙ                                     | 36      |               | 2,38              | 0,43    | 14,26            | 61,49                                    |
| 2008                          |                     | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                              | 160/110 |               | 1,50              | 5,50    | 23,10            | 103,95                                   |
| Итого                         |                     |                                            |         |               | 42,41             | 34,49   | 108,85           | 862,95                                   |
| Полдник                       |                     |                                            |         |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 3                   | САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ<br>БЕЛОКОЧАНОЕ И СВЕКЛЫ   | 80      |               | 1,50              | 4,15    | 4,36             | 81,51                                    |
| 2022                          | 83                  | ТЕФТЕЛИ                                    | 100     |               | 10,30             | 11,46   | 16,18            | 228,40                                   |
| 2022                          | 83                  | КИСЕЛЬ ИЗ СОКА                             | 200     |               | 0,31              | 0,05    | 22,47            | 92,99                                    |
| 2022                          | 83                  | ПШЕНИЧНЫЙ                                  | 30      |               | 2,28              | 0,24    | 14,76            | 70,32                                    |
| Итого                         |                     |                                            |         |               | 14,39             | 15,90   | 57,77            | 473,22                                   |
| Всего                         |                     |                                            |         |               | 80,81             | 78,12   | 274,86           | 2 016,84                                 |

Повар Т.М. Семененко (  )