



МЕНЮ

« 17 » *сентября* 2021 г.

6 день

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2021	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	130/35	46,07	25,6	18,2	33,4	407
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	9,38	4,9	4,5	0,3	61
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	19,11	1	0,2	19,6	83
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3,69	3	3,9	29,8	167
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,80	2,2	0,2	14,6	69
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,20	1,7	0,2	10,6	51
Итого				81,25	38,4	27,2	108,3	838
Обед								
2011	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	11,33	2,8	2,8	20,2	118
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	65,08	16,1	18	17,2	296
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,76	0,2		10,1	41
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,58	3,7	0,3	24,3	115
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,65	2,6	0,4	17	82
Итого				81,40	25,4	21,5	88,8	652
Полдник								
2011	1	ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ	150	75,87	17,7	12,8	32,3	316
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	200	20,28	5,6	5	9	113
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	11,13	0,4	0,4	9,8	47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,20	1,5	0,1	10	47
Итого				108,48	25,2	18,3	61,1	523
Всего				271,13	89	67	258,2	2013

 Повар *Орлов* ()