

**МЕНЮ**

" \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2024 г.

**7-11 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,<br>г |  |
| <b>Завтрак</b>                |                     |   |       |               |                   |              |                     |  |
| 2005                          | 223                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                            | 150   | 65,60         | 26,70             | 18,50        | 21,30               | 366,00                                   |
|                               |                     | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ                                | 25    | 7,15          | 1,80              | 2,10         | 13,50               | 80,00                                    |
| 2011                          | 338                 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)                          | 100   | 13,47         | 0,40              | 0,40         | 9,80                | 47,00                                    |
| 2021                          | 8                   | ЧАЙ С САХАРОМ                                   | 200   | 1,31          | 0,20              | 0,00         | 10,10               | 41,00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                  | 25    | 1,66          | 1,90              | 0,20         | 12,60               | 59,00                                    |
| <b>Итого</b>                  |                     |   |       | <b>89,19</b>  | <b>31,00</b>      | <b>21,20</b> | <b>67,30</b>        | <b>593,00</b>                            |
| <b>Обед</b>                   |                     |   |       |               |                   |              |                     |  |
| 2011                          | 71                  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО<br>СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)  | 60    | 20,01         | 0,50              | 0,10         | 1,50                | 8,00                                     |
| 2022                          | 4                   | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>КРУПОЙ И ТОМАТОМ          | 250   | 13,02         | 3,00              | 2,80         | 24,10               | 137,00                                   |
| 2011                          | 270                 | КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5) | 95    | 105,10        | 11,40             | 16,70        | 9,00                | 232,00                                   |
| 2011                          | 145                 | КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С<br>ЛУКОМ                  | 150   | 15,36         | 3,30              | 10,60        | 22,90               | 205,00                                   |
| 2021                          | 10                  | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ                  | 200   | 3,41          | 0,00              | 0,00         | 9,70                | 39,00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                  | 40    | 2,64          | 3,10              | 0,30         | 20,10               | 95,00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 35    | 2,57          | 2,30              | 0,30         | 14,80               | 71,00                                    |
| <b>Итого</b>                  |                     |   |       | <b>162,11</b> | <b>23,60</b>      | <b>30,80</b> | <b>102,10</b>       | <b>787,00</b>                            |
| <b>Полдник</b>                |                     |   |       |               |                   |              |                     |  |
| 2023                          | 63                  | СЛОЙКА С КЛЮКВОЙ                                | 70    | 42,64         | 3,80              | 10,30        | 19,00               | 207,00                                   |
| 2011                          | 386                 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ<br>(ЙОГУРТ)               | 180   | 21,53         | 5,00              | 4,50         | 8,10                | 102,00                                   |
| 2011                          | 338                 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН)                        | 100   | 25,91         | 0,90              | 0,20         | 8,10                | 43,00                                    |
| <b>Итого</b>                  |                     |   |       | <b>90,08</b>  | <b>9,70</b>       | <b>15,00</b> | <b>35,20</b>        | <b>352,00</b>                            |
| <b>Всего</b>                  |                     |   |       | <b>341,38</b> | <b>64,30</b>      | <b>67,00</b> | <b>204,60</b>       | <b>1 732,00</b>                          |

Повар

Е.Л.Королева