

**МЕНЮ**

"12" марта 2024 г.

7-11 лет

7 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 |  |
| <b>Завтрак</b>                |                  |   |       |               |                   |              |                  |  |
| 2011                          | 71               | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО<br>СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)                          | 60    | 18,68         | 0,50              | 0,10         | 1,50             | 8,00                                     |
| 2011                          | 297              | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ<br>БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ (90/5) | 95    | 60,21         | 13,40             | 16,60        | 6,90             | 231,00                                   |
| 2011                          | 312              | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ   | 150   | 25,68         | 3,30              | 5,30         | 22,30            | 137,00                                   |
| 2011                          | 389              | СОК ФРУКТОВЫЙ   | 200   | 26,40         | 1,00              | 0,20         | 20,20            | 86,00                                    |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 30    | 2,27          | 2,30              | 0,20         | 15,10            | 71,00                                    |
| <b>Итого</b>                  |                  |   |       | <b>133,22</b> | <b>20,50</b>      | <b>22,40</b> | <b>66,00</b>     | <b>533,00</b>                            |
| <b>Обед</b>                   |                  |   |       |               |                   |              |                  |  |
| 2011                          | 71               | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО<br>СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)                        | 60    | 20,45         | 0,70              | 0,10         | 2,30             | 14,00                                    |
| 2011                          | 108              | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>КЛЕЦКАМИ  | 250   | 11,03         | 3,60              | 4,60         | 18,80            | 144,00                                   |
| 2011                          | 270              | КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5)                         | 95    | 83,08         | 11,40             | 16,70        | 9,00             | 232,00                                   |
| 2021                          | 3                | РИС С ОВОЩАМИ   | 150   | 12,26         | 3,40              | 4,30         | 31,60            | 179,00                                   |
| 2021                          | 8                | ЧАЙ С САХАРОМ   | 200   | 1,37          | 0,20              | 0,00         | 10,10            | 41,00                                    |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 30    | 2,27          | 2,30              | 0,20         | 15,10            | 71,00                                    |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ   | 30    | 1,98          | 2,00              | 0,30         | 12,70            | 61,00                                    |
| <b>Итого</b>                  |                  |   |       | <b>132,44</b> | <b>23,60</b>      | <b>26,20</b> | <b>99,60</b>     | <b>742,00</b>                            |
| <b>Полдник</b>                |                  |   |       |               |                   |              |                  |  |
| 2011                          | 3                | БУТЕРБРОД С СЫРОМ   | 35    | 23,36         | 4,10              | 6,10         | 10,60            | 114,00                                   |
| 2022                          | 83               | МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ<br>УПАКОВКЕ                                       | 200   | 33,80         | 5,60              | 4,90         | 9,30             | 105,00                                   |
| 2011                          | 338              | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУША)   | 100   | 39,17         | 0,40              | 0,30         | 10,30            | 47,00                                    |
| <b>Итого</b>                  |                  |   |       | <b>96,33</b>  | <b>10,10</b>      | <b>11,30</b> | <b>30,20</b>     | <b>266,00</b>                            |
| <b>Всего</b>                  |                  |   |       | <b>361,99</b> | <b>54,20</b>      | <b>59,90</b> | <b>195,80</b>    | <b>1 541,00</b>                          |

Повар Шенкаренко (Н.Н.Шенкаренко)