

**МЕНЮ**

"15" ноября 2022 г.

7-11 лет**2 день**

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|--|--------|---------------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 55 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ | 60 | 8,19 | 0,9 | 3,6 | 3,9 | 53 |
| 2008 | 284 | ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) | 60/30 | 56,94 | 8,3 | 13,7 | 9,9 | 195 |
| 2011 | 203 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 120 | 9,56 | 4,6 | 5,1 | 29,6 | 163 |
| 2011 | 389 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 31,20 | 1 | 0,2 | 19,6 | 83 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,44 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,18 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 41 |
| Итого | | | | 108,51 | 17,6 | 22,9 | 81,5 | 602 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 22 | САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ | 60 | 7,43 | 0,8 | 4,1 | 5,3 | 62 |
| 2011 | 82 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 14,60 | 2,2 | 5,8 | 13,2 | 116 |
| 2011 | 291 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 170 | 60,52 | 17,7 | 22,7 | 30,8 | 397 |
| 2021 | 8 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/10 | 1,13 | 0,2 | | 10,1 | 41 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 45 | 3,24 | 3,4 | 0,3 | 22,6 | 107 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 35 | 2,06 | 2,3 | 0,3 | 14,8 | 71 |
| Итого | | | | 88,98 | 26,6 | 33,2 | 96,8 | 794 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | | ПРЯНИКИ | 40 | 5,02 | 2,4 | 1,9 | 30 | 146 |
| 2022 | 83 | МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ | 200 | 31,80 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 105 |
| 2011 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ВИНОГРАД) | 100 | 37,92 | 0,6 | 0,6 | 15,4 | 72 |
| Итого | | | | 74,74 | 8,6 | 7,4 | 54,7 | 323 |
| Всего | | | | 272,23 | 52,8 | 63,5 | 233 | 1719 |

Повар Шенкаренко (Н.Н.Шенкаренко)