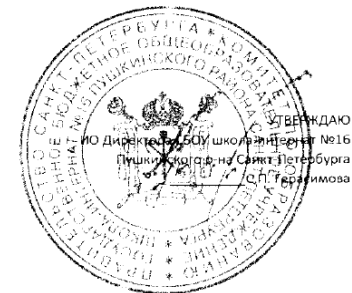


МЕНЮ
Школьники 7-11 лет
на понедельник
6 мая 2024 г.

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
ЗАВТРАК							
2008	189	Каша манная жидкая	180	5,8	7,8	26,2	199
2011	376	Чай с сахаром	200	0,2		9,1	37
2008	1	Бутерброд с маслом	25	1,2	4,9	10,6	93
к/к	1001	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47
к/к	к/к	Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,5	3,1	13,8	100
ОБЕД							
2008	359	Помидоры свежие (ломтиками)	60	0,6	0,1	2,3	14
2008	84	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и говядиной	220	3,8	5,2	8,5	82
2008	314	Котлеты рубленые из птицы	90	16,7	12,8	15,3	243
2008	332	Макаронные изделия отварные с овощами	150	4,8	8,7	30,2	218
2008	401	Компот из сушеных плодов (изюм)	180	0,4	0,1	18,4	77
к/к	1160	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	1,6	0,4	14	90
к/к	1225	Батон обогащенный микронутриентами, витаминами	30	1,8	1,2	15,9	84
Всего							
				40,8	44,7	174,1	1284

МЕНЮ
Школьники 12-18 лет
на понедельник
6 мая 2024 г.

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
ЗАВТРАК							
2008	189	Каша манная жидкая	200	5,4	7,9	29,2	209
2011	376	Чай с сахаром	200	0,4		10,5	44
2008	1	Бутерброд с маслом	35	1,8	5,3	15,9	121
к/к	1001	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47
к/к	к/к	Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,8	3,1	21,5	129
ОБЕД							
2008	359	Помидоры свежие (ломтиками)	100	1	0,2	3,8	24
2008	84	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и говядиной	250	4,5	6	11,6	101
2008	314	Котлеты рубленые из птицы	110	20,4	15,6	18,7	296
2008	332	Макаронные изделия отварные с овощами	200	6,2	11,7	39,8	290
2008	401	Компот из сушеных плодов (изюм)	180	0,6	0,1	26	108
к/к	1160	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	1,6	0,4	14	90
к/к	1225	Батон обогащенный микронутриентами, витаминами	20	1,2	0,8	10,6	56
Всего							
				47,3	51,5	211,4	1515

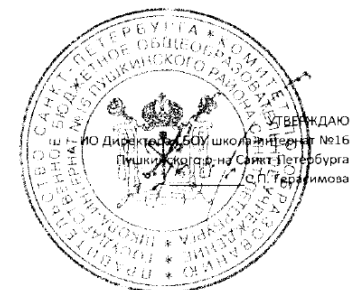


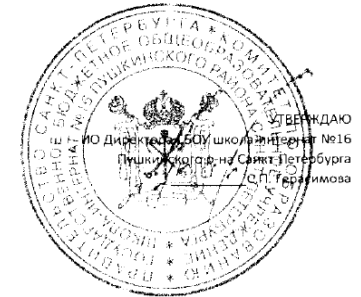
МЕНЮ
Воспитанники 7-11 лет
на понедельник
6 мая 2024 г.

Сбор-ник рецеп-тов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
		ЗАВТРАК					
2008	189	Каша манная жидкая	200	6,5	7,5	28	203
2011	376	Чай с сахаром	200	0,2		9,1	37
2008	1	Бутерброд с маслом	40	2,3	8	15	160
к/к	1001	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47
к/к	к/к	Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,5	3,1	13,8	100
		ОБЕД					
2008	359	Помидоры свежие (ломтиками)	90	0,9	0,2	3,4	22
2008	84	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и говядиной	200	4	4,9	11,5	93
2008	314	Котлеты рубленые из птицы	90	16,7	12,8	15,3	243
2008	332	Макаронные изделия отварные с овощами	150	4,8	8,7	30,1	218
2008	401	Компот из сушеных плодов (изюм)	180	0,4	0,1	20,1	84
к/к	1225	Батон обогащенный микронутриентами, витаминами	20	1,2	0,8	10,6	56
к/к	1160	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	35	1,4	0,4	12,3	78
		ПОЛДНИК					
К/К	1010	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86
к/к	1225	Батон обогащенный микронутриентами, витаминами	40	2,4	1,6	21,2	112
к/к	к/к	Вафли с начинкой	25	0,7	0,8	19,3	89
2008	213	Яйца вареные	40	4,9	4,6	0,3	62
		УЖИН					
2008	288	Биточки паровые (мясные)	90	9,4	13,9	8,3	141
2008	141	Рагу из овощей	200	4,3	14	19	223
2011	382	Какао с молоком	200	4	3,7	15,3	112
к/к	1160	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	20	0,8	0,2	7	45
к/к	1225	Батон обогащенный микронутриентами, витаминами	15	0,9	0,6	8	42
Всего				70,7	86,5	297,6	2253

МЕНЮ
Воспитанники 12-18 лет
на понедельник
6 мая 2024 г.

Сбор-ник рецеп-тов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
		ЗАВТРАК					
2008	189	Каша манная жидкая	220	5,9	8,6	32	231
2011	376	Чай с сахаром	200	0,4		10,5	44
2008	1	Бутерброд с маслом	45	2,2	9,7	18,7	173
к/к	1001	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47
к/к	к/к	Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,5	3,1	5,6	100
		ОБЕД					
2008	359	Помидоры свежие (ломтиками)	100	1	0,2	3,8	24
2008	84	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и говядиной	260	4,7	6,2	13,8	114
2008	314	Котлеты рубленые из птицы	120	22,3	17	20,4	324
2008	332	Макаронные изделия отварные с овощами	200	6,2	11,7	39,8	290
2008	401	Компот из сушеных плодов (изюм)	200	0,6	0,1	28,9	120
к/к	1160	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	50	2	0,5	17,5	112
к/к	1225	Батон обогащенный микронутриентами, витаминами	30	1,8	1,2	15,9	84
		ПОЛДНИК					
к/к	1225	Батон обогащенный микронутриентами, витаминами	70	4,2	2,8	37,1	196
к/к	к/к	Вафли с начинкой	40	1,1	1,3	30,9	142
2008	213	Яйца вареные	40	4,9	4,6	0,3	62
К/К	1010	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86
		УЖИН					
2008	288	Биточки паровые (мясные)	100	10,4	15,3	9,2	157
2008	141	Рагу из овощей	230	3,6	20,7	22,9	290
2011	382	Какао с молоком	200	4,7	4,3	16,4	125
к/к	1225	Батон обогащенный микронутриентами, витаминами	20	1,2	0,8	10,6	56
к/к	1160	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	50	2	0,5	17,5	112
Всего				84,1	109,2	381,8	2889





МЕНЮ
Сад 3-7 (12ч)
на понедельник
6 мая 2024 г.

Сбор- ник рецеп- тов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
ЗАВТРАК							
		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	7,2	8,3	35	244
2021	К№03	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		8,5	36
II ЗАВТРАК							
2021	К №01	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	14,8	66
ОБЕД							
2008	К №01	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4		0,9	7
2012	85/120	ПЕТРУШКИ	200	3,1	4,7	7,6	71
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	14	11,9	3,4	184
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3	4,8	19,5	134
2021	К №03	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,1	0,1	8,2	35
2021	К №01	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
2021	К №01	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66
ПОЛДНИК							
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	16,4	17,9	33,9	365
2021	К №01	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
2021	ТК 035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6			7	34
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	7,3	2,8	29,3	144
Итого							
Всего				60,7	56,4	209,2	1550