

20 мая 2021 г.



Меню для обучающихся (7-11 лет)

Сборник рецептур	№ технол. карты	Наименование блюд	Выход	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энерг.цен.	вит.С,мг
Завтрак								
2008	224/386	Запеканка из творога с соусом	150	21,30	17,50	15,50	311,00	
	к/к	Чай с молоком	200	3,00	2,60	15,90	99,00	0,8
2008	1	Бутерброд с маслом	40	2,40	10,00	12,00	176,00	
	к/к	Груша	200	0,80		22,00	92,00	18
		<i>итого:</i>	<i>590,00</i>	<i>27,50</i>	<i>30,10</i>	<i>65,40</i>	<i>678,00</i>	<i>18,80</i>
Обед								
2008	к/к	Салат из сол.огурцов с зел.луком и маслом растит.	60	0,90	3,10	4,20	49,00	16
2008	101	Суп картофельный с вермишелью и мясом	210	3,20	2,30	16,10	98,00	6,00
2008	244	Рыба,с овощами припущенная	90	6,60	0,40	2,80	41,00	0,8
2008	252	Стол "А"мясо отварное	80	15,00	10,10	-	152,00	-
2008	335	Картофельное пюре	150	3,10	5,40	20,30	141,00	5
2008	401	Компот из кураги с вит.С	200	0,60	0,10	31,70	137,00	60,00
2008	к/к	Хлеб ржаной обогащ.	40	3,2	1,70	20,40	92,00	
		<i>итого:</i>	<i>830,00</i>	<i>32,60</i>	<i>23,10</i>	<i>95,50</i>	<i>710,00</i>	<i>87,80</i>
Ужин								
2008	к/к	Св.помидор	60	0,70		2,20	63,60	10
2008	272	Шницель	90	13,50	14,00	11,30	225,00	
2008	331	Макароны отварные	150	5,50	4,80	31,00	191,00	
2008	398	Напиток из плодов шиповника	200	0,60	0,10	20,70	88,00	90
2008	к/к	Хлеб ржаной обогащ.	40	3,2	1,70	20,40	92,00	
		<i>итого:</i>	<i>540,00</i>	<i>23,50</i>	<i>20,60</i>	<i>85,60</i>	<i>659,60</i>	<i>100,00</i>
ИТОГО				83,60	73,80	246,50	2 047,60	206,60



20 мая 2021 г.

Меню для обучающихся (12-18 лет)

Сборник рецептур	№ технол. карты	Наименование блюд	Выход	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энерг.цен.	вит.С,мг
		Завтрак						
2008	224/386	Запеканка из творога с соусом	150/30	24,00	12,30	30,40	329,00	
2008	к/к	Чай с молоком	200	3,00	2,60	15,90	99,00	0,5
2008	1	Бутерброд с маслом	40	2,40	10,00	12,00	176,00	
	к/к	Груша	200,00	0,80		22,00	92,00	18
		<i>итого:</i>	<i>620,00</i>	<i>30,20</i>	<i>24,90</i>	<i>80,30</i>	<i>696,00</i>	<i>18,50</i>
		Обед						
2008	20	Салат из сол.огурцов с зел.луком и маслом растит.	100	2,70	5,10	2,60	67,00	6
2008	101	Суп картофельный с вермишелью и мясом	260	3,90	2,80	19,00	117,00	6
2008	244	Рыба ,запечённая в сметанном соусе	100	24,20	24,00	33,80	450,00	12
2008	252	<i>Стол "А"мясо отварное</i>	80	20,00	13,40	-	203,20	-
2008	335	Картофельное пюре	180	3,70	6,50	24,30	169,20	5
2008	401	Компот из кураги с вит.С	200	0,60	0,10	31,70	137,00	60,00
	к/к	Хлеб ржаной обогащ.	50	4,3	1,80	23,60	114,00	
		<i>итого:</i>	<i>870,00</i>	<i>59,40</i>	<i>53,70</i>	<i>135,00</i>	<i>1257,40</i>	<i>89,00</i>
		Ужин						
	к/к	Св.помидор	100	1,10	0,20	3,80	24,00	25
2008	272	Шницель	100	14,80	17,30	11,00	260,00	
2008	331	Макаронны отварные	150	5,50	4,80	31,00	191,00	
2008	398	Напиток из плодов шиповника	200	0,60	0,10	20,70	88,00	90
	к/к	Хлеб рж.	30	2,40	1,40	15,60	86,30	
		<i>итого:</i>	<i>580,00</i>	<i>24,40</i>	<i>23,80</i>	<i>82,10</i>	<i>649,30</i>	<i>115,00</i>
		ИТОГО		114,00	102,40	297,40	2 602,70	222,50