




## МЕНЮ

" 25 " января 2023 г.

7-11 лет

3 день

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда                                     | Выход  | Цена, руб.    | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|--|--------|---------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
|                  |               |  |        |               | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Завтрак</b>   |               |  |        |               |                   |             |              |                               |
| 2011             | 15            | СЫР (ПОРЦИЯМИ)   | 15     | 15,12         | 3,5               | 4,4         |              | 55                            |
| 2011             | 14            | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                       | 10     | 8,30          | 0,1               | 8,3         | 0,1          | 75                            |
| 2011             | 174           | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА                           | 235    | 26,88         | 6,6               | 12,2        | 47,3         | 326                           |
| 2021             | 8             | ЧАЙ С САХАРОМ  | 200/10 | 1,25          | 0,2               |             | 10,1         | 41                            |
| 2022             | 101           | ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ                                       | 50     | 5,00          | 6                 | 1,5         | 26           | 140                           |
| <b>Итого</b>     |               |  |        | <b>56,55</b>  | <b>16,4</b>       | <b>26,4</b> | <b>83,5</b>  | <b>637</b>                    |
| <b>Обед</b>      |               |  |        |               |                   |             |              |                               |
| 2022             | 82            | ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ МОРКОВЬ НАРЕЗАННАЯ (МОРКОВНЫЕ ПАЛОЧКИ) | 60     | 7,20          | 0,8               | 0,1         | 4,1          | 21                            |
| 2011             | 106           | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ               | 250    | 41,48         | 10,2              | 3,5         | 18,6         | 148                           |
| 2008             | 299           | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ                         | 170    | 81,80         | 13,1              | 20,1        | 25,9         | 338                           |
| 2021             | 10            | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                            | 200    | 3,01          |                   |             | 9,7          | 39                            |
| 2022             | 101           | ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ                                       | 90     | 9,00          | 10,8              | 2,7         | 46,8         | 252                           |
| <b>Итого</b>     |               |  |        | <b>142,49</b> | <b>34,9</b>       | <b>26,4</b> | <b>105,1</b> | <b>798</b>                    |
| <b>Всего</b>     |               |  |        | <b>199,04</b> | <b>51,3</b>       | <b>52,8</b> | <b>188,6</b> | <b>1435</b>                   |

Повар Дарасова (  )