



## МЕНЮ

" 28 " февраля 2023 г.

7-11 лет

7 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2012	22	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ	60	8,29	0,8	4,1	5,2	62
2022	9т	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	90	52,10	12,2	16,3	1,9	204
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	11,38	3,7	5,2	39,4	220
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	24,70	1	0,2	19,6	83
2022	101	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	30	3,00	3,6	0,9	15,6	84
<b>Итого</b>				<b>99,47</b>	<b>21,3</b>	<b>26,7</b>	<b>81,7</b>	<b>653</b>
<b>Обед</b>								
2022	82	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ МОРКОВЬ НАРЕЗАННАЯ (МОРКОВНЫЕ ПАЛОЧКИ)	60	7,20	0,8	0,1	4,1	21
2022	4т	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И ТОМАТОМ	250	16,92	3	4	24,2	147
2022	1т	КОТЛЕТА "ЗДОРОВЬЕ" С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	65,92	9,3	15,2	2,5	184
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	16,51	8,1	9,7	37	268
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ)	180	17,39	5	4,5	8,1	102
2022	101	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	65	6,50	7,8	2	33,8	182
<b>Итого</b>				<b>130,44</b>	<b>34</b>	<b>35,5</b>	<b>109,7</b>	<b>904</b>
<b>Всего</b>				<b>229,91</b>	<b>55,3</b>	<b>62,2</b>	<b>191,4</b>	<b>1557</b>

Повар

(Парасова)