



# МЕНЮ

11 января 2024 г.

7-11лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2015	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	150	52,99	22,5	15,1	37,5	380
2015	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	21,28	3,8	3,2	15,3	105
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,54	2,3	0,2	15,1	71
2015	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	160	42,00	4,5	4	7,2	90
<b>Итого</b>				<b>118,81</b>	<b>33,1</b>	<b>22,5</b>	<b>75,1</b>	<b>646</b>
<b>Обед</b>								
2015	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ТОМАТ)	60	17,82	0,7	0,1	2,3	14
2015	94	РАССОЛЬНИК	200	10,29	1,6	5	11,1	98
2003	227	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	36,67	11,5	11	11,3	131
2015	143	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	11,70	2,3	9,5	12,8	146
2015	348	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ	200	7,81	0,2		14,6	59
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,54	2,3	0,2	15,1	71
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	2,6	0,4	17	82
<b>Итого</b>				<b>89,43</b>	<b>21,2</b>	<b>26,2</b>	<b>84,2</b>	<b>661</b>
<b>Всего</b>				<b>208,24</b>	<b>54,3</b>	<b>48,7</b>	<b>159,3</b>	<b>1307</b>

заведующий столовой

А.Ю. Блинова

