

## МЕНЮ

11 января 2024 г.

7-11 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>								
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	60	15,20	1,7	3,1	3,7	50
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	39,39	14,4	23,8	2,7	283
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,12	2,2	0,2	14,6	69
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,29	0,2	0,1	16,2	65
2011	385	МОЛОКО	200	25,00	5,6	4,9	9,3	105
<b>Итого</b>				<b>85,00</b>	<b>24,1</b>	<b>32,1</b>	<b>46,5</b>	<b>572</b>
<b>2-я смена</b>								
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	60	15,20	1,7	3,1	3,7	50
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	39,39	14,4	23,8	2,7	283
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,12	2,2	0,2	14,6	69
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,29	0,2	0,1	16,2	65
2011	385	МОЛОКО	200	25,00	5,6	4,9	9,3	105
<b>Итого</b>				<b>85,00</b>	<b>24,1</b>	<b>32,1</b>	<b>46,5</b>	<b>572</b>
<b>Обед</b>								
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	5,00	2,1	7,6	13,7	135
2011	392	ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ ОТВАРНЫЕ	200	40,66	23,9	21,7	69,5	567
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,16	3	0,2	19,5	92
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,18			19,4	77
<b>Итого</b>				<b>55,00</b>	<b>29</b>	<b>29,5</b>	<b>122,1</b>	<b>871</b>
<b>Всего</b>				<b>140,00</b>	<b>77,2</b>	<b>93,7</b>	<b>215,1</b>	<b>2015</b>

## МЕНЮ

11 января 2024 г.

12-18 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>								
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	100	25,33	2,8	5,2	6,1	83
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	52,18	19,2	31,7	3,6	376
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	5,20	3,7	0,3	24,3	115
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,29	0,2	0,1	16,2	65
<b>Итого</b>				<b>85,00</b>	<b>25,9</b>	<b>37,3</b>	<b>50,2</b>	<b>639</b>
<b>2-я смена</b>								
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	100	25,33	2,8	5,2	6,1	83
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	52,18	19,2	31,7	3,6	376
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	5,20	3,7	0,3	24,3	115
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,29	0,2	0,1	16,2	65
<b>Итого</b>				<b>85,00</b>	<b>25,9</b>	<b>37,3</b>	<b>50,2</b>	<b>639</b>
<b>Обед</b>								
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	3,50	2,5	11,3	21,5	202
2011	392	ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ ОТВАРНЫЕ	200	42,16	23,9	21,7	69,5	567
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,16	3	0,2	19,5	92
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,18			19,4	77
<b>Итого</b>				<b>55,00</b>	<b>29,4</b>	<b>33,2</b>	<b>129,9</b>	<b>938</b>
<b>Всего</b>				<b>140,00</b>	<b>81,2</b>	<b>107,8</b>	<b>230,3</b>	<b>2216</b>