

МЕНЮ
Thursday, January 18, 2024

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	
Завтрак								
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
Итого				85.00	24,1	32,1	46,5	572
2-я смена								
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	240	54.59	16,8	21,4	22,2	348
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
Итого				85.00	24,8	26,6	62,3	587
Обед								
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	3.50	7,2	11,5	19,4	209
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
Итого				55.00	34,1	33,4	127,8	945
Всего				140.00	82,3	97,6	220,8	2089

МЕНЮ
Thursday, January 18, 2024

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	
Завтрак								
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	100	25.01	2,8	5,2	6,1	83
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	52.50	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
Итого				85.00	25,9	37,3	50,2	639
2-я смена								
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	18.11	1,5	5,1	8,9	88
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250	59.40	17,6	22,4	23,1	363
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
Итого				85.00	23	27,9	72,5	631
Обед								
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	3.50	6,4	6	18,5	154
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
Итого				55.00	33,3	27,9	126,9	890
Всего				140.00	85,1	102,5	227,3	2168