

СКОБЕНКО.М.Э.

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.



## МЕНЮ

21 января 2026 г.

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2011	173	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	32,45	9,2	12,5	42,9	320
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	13,80	0,1	8,3	0,1	75
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	6,25	3,7	0,3	24,3	115
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	5,50			6,5	28
2022	5	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	22,00	0,4	0,4	9,5	46
<b>Итого</b>				<b>80,00</b>	<b>13,7</b>	<b>21,5</b>	<b>83,3</b>	<b>584</b>
<b>Дополнительно к завтраку</b>								
2011	385	МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 2,5%	200	25,00	5,6	4,9	9,3	105
<b>Итого</b>				<b>105,00</b>	<b>5,6</b>	<b>4,9</b>	<b>9,3</b>	<b>105</b>
<b>Обед</b>								
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	8,40	0,5	10,1	1,6	100
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	5,35	4,3	12,4	11,1	174
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	17,00	8,5	10,3	38,5	280
2012	38	КОТЛЕТА "ЗДОРОВЬЕ"	100	30,00	18	25,8	8,1	336
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	6,25	3,7	0,3	24,3	115
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,00			9,7	39
<b>Итого</b>				<b>72,00</b>	<b>35</b>	<b>58,9</b>	<b>93,3</b>	<b>1044</b>
<b>2-я смена</b>								
2008	266	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	240	67,00	24,3	32,4	112,2	837
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	7,50	4,5	0,4	29,2	138
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	5,50			6,5	28
<b>Итого</b>				<b>80,00</b>	<b>29,1</b>	<b>32,8</b>	<b>147,9</b>	<b>1003</b>
<b>Дополнительно к питанию</b>								
2011	385	МОЛОКО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ 2,5%	200	25,00	5,6	4,9	9,3	105
<b>Итого</b>				<b>25,00</b>	<b>5,6</b>	<b>4,9</b>	<b>9,3</b>	<b>105</b>
<b>Всего</b>				<b>177,00</b>	<b>86,4</b>	<b>107,2</b>	<b>344</b>	<b>2692</b>