

МЕНЮ
21 июля 2025 г.

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
7-10 лет								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	240	9,28	9,1	5,1	58,1	315
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,00	4,9	4,5	0,3	61
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	6,43	0,5	0,1	1,5	8
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	47	7,20	0,9	4,2	3,6	56
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	12,41	2	6	13,9	119
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И С МАСЛОМ	40	29,10	1,8	8,5	19,8	162
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	22,91	3,5	5,1	23,6	154
2008	272	КОТЛЕТЫ	80	59,09	11,8	13,3	20,5	249
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,40	1,6	0,7	9,4	50
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,15	3,8	0,4	43	190
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,68	1,9	0,8	11,3	60
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,08	0,2		15	61
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200/15/7	4,86	0,3		15,2	63
2008		ЯБЛОКО	130	12,35	0,5	0,5	12,7	61
Итого				179,95	42,8	49,2	247,9	1609
11-17 лет								
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	220	10,49	9,6	6,1	61,6	339
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,00	4,9	4,5	0,3	61
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	6,40	0,5	0,1	1,5	8
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	61	9,34	1,2	5,4	4,7	72
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	11,27	1,8	8	13,5	134
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И С МАСЛОМ	40	23,70	0,1	8,1	0,1	73
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	190	26,04	3,9	6,2	26,3	177
2008	272	КОТЛЕТЫ	100	64,42	14,7	17,2	6	238
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,40	1,6	0,7	9,4	50
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,22	3,8	0,4	43,8	194
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,68	1,9	0,8	11,3	60
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/15	2,16	0,2		15,9	64
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200/16/7	5,02	0,3		16,1	67
Итого				173,15	44,5	57,5	210,5	1537

Защитникова И.М.,

Усманова Х.О.