



**МЕНЮ**  
" 29 " сентября 2025 г.

**7-11 лет**

**9 день**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008		СЫР ПОРЦИОННО	25		5,25	7,38	0,00	89,58
2011		СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	250		5,00	6,42	31,71	208,61
2021		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200		0,10	0,00	15,20	61,00
		БУЛОЧКА "Домашняя"	50		4,64	0,99	26,11	132,00
		ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,32	0,24	7,92	34,16
<b>Итого</b>					<b>16,31</b>	<b>15,03</b>	<b>80,94</b>	<b>525,35</b>
<b>Обед</b>								
2011		САЛАТ ИЗ БЕЛ. КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ И КУКУР.	60		0,91	6,10	2,65	54,10
2011		СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200		2,25	4,26	11,05	95,35
2011		РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО РУССКИ	100		13,10	9,99	13,14	198,06
2021		СОК	150		4,18	3,75	24,98	130,66
2008		ПШЕНИЧНЫЙ	200		0,20	0,00	9,24	64,00
2008		РЖАНОЙ	40		3,04	0,32	19,68	93,76
		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30		1,98	0,36	11,88	51,24
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	123/110		0,44	0,44	10,78	50,05
<b>Итого</b>					<b>26,10</b>	<b>25,22</b>	<b>103,40</b>	<b>737,22</b>
<b>Полдник</b>								
2011	3	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150		2,80	7,40	13,60	133,40
2022	83	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200		0,30	0,00	11,10	46,70
2022	83	ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,32	0,24	7,92	34,16
<b>Итого</b>					<b>4,42</b>	<b>7,64</b>	<b>32,62</b>	<b>214,26</b>
<b>Всего</b>					<b>46,83</b>	<b>47,89</b>	<b>216,96</b>	<b>1 476,83</b>



**МЕНЮ**  
 " 29 " января 2025 г.

**12-18 лет**

**9 день**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008		СЫР ПОРЦИОННО	30		6,30	8,86	0,00	7,50
2011		СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	300		7,23	7,74	24,78	197,70
2021		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200		0,10	0,00	15,20	61,00
		БУЛОЧКА "Домашняя"	50		4,64	0,99	26,11	132,00
		ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,98	0,36	11,88	51,24
<b>Итого</b>					<b>20,25</b>	<b>17,95</b>	<b>77,97</b>	<b>449,44</b>
<b>Обед</b>								
2011		САЛАТ ИЗ БЕЛ. КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ И КУКУР.	80		1,23	5,70	6,70	72,20
2011		СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	250		0,02	2,55	15,90	119,20
2011		РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО РУССКИ	225		13,50	8,90	22,70	235,00
2021		СОК	200		1,34	0,60	15,36	64,00
2008		ПШЕНИЧНЫЙ	55		4,18	0,44	27,06	128,92
2008		РЖАНОЙ	36		2,38	0,43	14,26	61,49
		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	45		3,00	3,92	29,76	166,80
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	233		0,44	0,33	11,33	50,05
<b>Итого</b>					<b>26,09</b>	<b>22,87</b>	<b>143,07</b>	<b>897,66</b>
<b>Полдник</b>								
2011	3	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200		2,73	9,90	18,20	178,00
2022	83	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200		0,30	0,20	11,10	46,70
2022	83	ПШЕНИЧНЫЙ	24		0,16	0,29	9,50	41,00
<b>Итого</b>					<b>3,19</b>	<b>10,39</b>	<b>38,80</b>	<b>265,70</b>
<b>Всего</b>					<b>49,53</b>	<b>51,21</b>	<b>259,84</b>	<b>1 612,80</b>

Повар И.В. Полтавцева

