

МЕНЮ
9 октября 2023 г.

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------------------------------|---------------|--|-------|--------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | |
| ЗАВТРАК 6-10 Софин. | | | | | | | | |
| 2011 | 182 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ | 200 | 16,01 | 3,8 | 4 | 20,5 | 130 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,20 | 3,3 | 0,3 | 14,1 | 103 |
| 2011 | 15 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 8,60 | 1 | 2,3 | | 35 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 10,56 | 2 | 1,4 | 17,3 | 91 |
| 2011 | 209 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 40 | 7,80 | 4,9 | 4,5 | 0,3 | 61 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 6,90 | 2,3 | 2,9 | 22,3 | 125 |
| Итого | | | | 63,27 | 17,3 | 15,4 | 74,5 | 544 |
| ЗАВТРАК ОБЗ 6-10 Софин | | | | | | | | |
| 2011 | 182 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ | 200 | 16,01 | 3,8 | 4 | 20,5 | 130 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 5,12 | 5,3 | 0,5 | 22,5 | 165 |
| 2011 | 15 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 8,45 | 1 | 2,3 | | 26 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 10,56 | 2 | 1,4 | 17,3 | 91 |
| 2011 | 209 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 40 | 7,80 | 4,9 | 4,5 | 0,3 | 61 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 6,90 | 2,3 | 2,9 | 22,3 | 125 |
| Итого | | | | 54,84 | 19,3 | 15,6 | 82,9 | 606 |
| ЗАВТРАК 11-13 СОФИН | | | | | | | | |
| 2011 | 182 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ | 350 | 28,02 | 6,7 | 7,2 | 35,9 | 243 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 5,12 | 5,3 | 0,5 | 22,5 | 165 |
| 2011 | 15 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 15 | 13,52 | 1,5 | 3,5 | | 38 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 10,56 | 2 | 1,4 | 17,3 | 91 |
| 2011 | 209 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 40 | 7,80 | 4,9 | 4,5 | 0,3 | 61 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 6,90 | 2,3 | 2,9 | 22,3 | 125 |
| Итого | | | | 71,92 | 22,7 | 20 | 98,3 | 723 |
| ЗАВТРАК 11-18 | | | | | | | | |
| 2011 | 182 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ | 200 | 20,01 | 4,8 | 5,1 | 25,6 | 174 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 5,12 | 5,3 | 0,5 | 22,5 | 165 |
| 2011 | 15 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 15 | 13,14 | 1,5 | 3,5 | | 38 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 10,56 | 2 | 1,4 | 17,3 | 91 |
| 2011 | 209 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 40 | 7,80 | 4,9 | 4,5 | 0,3 | 61 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 6,90 | 2,3 | 2,9 | 22,3 | 125 |
| Итого | | | | 63,53 | 20,8 | 17,9 | 88 | 654 |
| ЗАВТРАК ОБЗ 11-18 Краев | | | | | | | | |
| 2011 | 182 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ | 350 | 28,02 | 6,7 | 7,2 | 35,9 | 243 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 5,12 | 5,3 | 0,5 | 22,5 | 165 |
| 2011 | 15 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 15 | 13,23 | 1,5 | 3,5 | | 38 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 10,56 | 2 | 1,4 | 17,3 | 91 |
| 2011 | 209 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 40 | 7,80 | 4,9 | 4,5 | 0,3 | 61 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 6,90 | 2,3 | 2,9 | 22,3 | 125 |
| Итого | | | | 71,63 | 22,7 | 20 | 98,3 | 723 |
| ЗАВТРАК РОДИТЕЛЬСКАЯ ПЛАТА | | | | | | | | |
| 2011 | 182 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ | 250 | 20,01 | 4,8 | 5,1 | 25,6 | 174 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 5,12 | 5,3 | 0,5 | 22,5 | 165 |
| 2011 | 15 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 15 | 13,16 | 1,5 | 3,5 | | 38 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 10,56 | 2 | 1,4 | 17,3 | 91 |
| 2011 | 209 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 40 | 7,80 | 4,9 | 4,5 | 0,3 | 61 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 6,90 | 2,3 | 2,9 | 22,3 | 125 |
| Итого | | | | 63,55 | 20,8 | 17,9 | 88 | 654 |
| ОБЕД 6-10 | | | | | | | | |
| 2008 | 91 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ | 250 | 0,00 | 7,4 | 11 | 16,4 | 186 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 0,00 | 5,5 | 4,8 | 31,3 | 191 |
| 2012 | 282 | ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЕННЫЙ | 90 | 0,00 | 7,7 | 13,2 | 10,6 | 224 |
| 2008 | 364 | СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 30 | 0,00 | 0,5 | 2,9 | 2,2 | 37 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 0,00 | 3,3 | 0,3 | 14,1 | 103 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,00 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 |
| Итого | | | | 0,00 | 24,6 | 32,3 | 89,6 | 601 |
| ОБЕД ОБЗ 6-10 | | | | | | | | |
| 2008 | 91 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ | 250 | 25,04 | 7,4 | 11 | 16,4 | 186 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 7,09 | 5,5 | 4,8 | 31,3 | 191 |
| 2012 | 282 | ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЕННЫЙ | 90 | 50,81 | 7,7 | 13,2 | 10,6 | 224 |
| 2008 | 364 | СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 30 | 1,42 | 0,5 | 2,9 | 2,2 | 37 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,20 | 3,3 | 0,3 | 14,1 | 103 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 2,07 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 |
| Итого | | | | 69,63 | 24,8 | 32,3 | 89,6 | 601 |
| ОБЕД 11-18 | | | | | | | | |
| 2008 | 91 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ | 250 | 30,38 | 9 | 12,7 | 16,4 | 207 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 7,09 | 5,5 | 4,8 | 31,3 | 191 |
| 2012 | 282 | ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЕННЫЙ | 90 | 50,81 | 7,7 | 13,2 | 10,6 | 224 |
| 2008 | 364 | СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 30 | 1,42 | 0,5 | 2,9 | 2,2 | 37 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 5,12 | 5,3 | 0,5 | 22,5 | 165 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 2,07 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 |
| Итого | | | | 96,87 | 28,2 | 34,2 | 98 | 664 |
| ОБЕД ОБЗ 11-18 | | | | | | | | |
| 2008 | 91 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ | 250 | 30,26 | 9 | 12,7 | 16,4 | 207 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 7,07 | 5,5 | 4,8 | 31,3 | 191 |
| 2012 | 282 | ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЕННЫЙ | 90 | 50,72 | 7,7 | 13,2 | 10,6 | 224 |
| 2008 | 364 | СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 30 | 1,42 | 0,5 | 2,9 | 2,2 | 37 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 5,12 | 5,3 | 0,5 | 22,5 | 165 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 2,07 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 |
| Итого | | | | 96,86 | 28,2 | 34,2 | 98 | 664 |
| ОБЕД РОДИТЕЛЬСКАЯ ПЛАТА | | | | | | | | |
| 2008 | 91 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ | 250 | 25,04 | 7,4 | 11 | 16,4 | 186 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 7,09 | 5,5 | 4,8 | 31,3 | 191 |
| 2012 | 282 | ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЕННЫЙ | 90 | 50,81 | 7,7 | 13,2 | 10,6 | 224 |
| 2008 | 364 | СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 30 | 1,42 | 0,5 | 2,9 | 2,2 | 37 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 5,12 | 5,3 | 0,5 | 22,5 | 165 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 2,07 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 |
| Итого | | | | 91,55 | 26,6 | 32,5 | 98 | 663 |