

МЕНЮ

16 ноября 2023 г.

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 6-10 Софин.								
2008		ПОМИДОР (СОЛЕННЫЙ)	25	5,32	0,3		0,7	4
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	9,36	0,4	4,9	36,2	233
2011	260	ГУЛЯШ	100	38,31	4,5	10,3	3	138
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	3,40	3,3	0,3	14,1	103
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,98	0,2	0,1	15	80
Итого				58,34	16,7	15,6	71	338
ЗАВТРАК ОБЗ 6-10 Софин								
2008		ПОМИДОР (СОЛЕННЫЙ)	25	5,21	0,3		0,7	4
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	9,37	0,4	4,9	36,2	233
2011	260	ГУЛЯШ	100	38,51	4,5	10,3	3	138
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	3,40	3,3	0,3	14,1	103
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,98	0,2	0,1	15	80
Итого				58,27	16,7	15,6	71	338
ЗАВТРАК 11-13 СОФИН								
2008		ПОМИДОР (СОЛЕННЫЙ)	25	5,20	0,3		0,7	4
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	11,21	0,1	5,8	45,9	279
2011	260	ГУЛЯШ	110	42,02	5	11,3	3,2	152
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,97	0,2	0,1	15	80
Итого				65,84	20,9	17,7	67,3	660
ЗАВТРАК ОБЗ 11-13								
2008		ПОМИДОР (СОЛЕННЫЙ)	25	5,21	0,3		0,7	4
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	11,24	0,1	5,8	45,9	279
2011	260	ГУЛЯШ	110	42,05	5	11,3	3,2	152
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,98	0,2	0,1	15	80
Итого				65,92	20,9	17,7	67,3	660
ЗАВТРАК 11-18								
2008		ПОМИДОР (СОЛЕННЫЙ)	25	5,12	0,3		0,7	4
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	11,22	0,1	5,8	45,9	279
2011	260	ГУЛЯШ	110	42,14	5	11,3	3,2	152
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,98	0,2	0,1	15	80
Итого				65,88	20,9	17,7	67,3	660
ЗАВТРАК ОБЗ 11-18 Краев								
2008		ПОМИДОР (СОЛЕННЫЙ)	25	5,15	0,3		0,7	4
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	11,20	0,1	5,8	45,9	279
2011	260	ГУЛЯШ	110	42,14	5	11,3	3,2	152
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,98	0,2	0,1	15	80
Итого				65,90	20,9	17,7	67,3	660
ЗАВТРАК РОДИТЕЛЬСКАЯ ПЛАТА								
2008		ПОМИДОР (СОЛЕННЫЙ)	25	5,12	0,3		0,7	4
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	11,22	0,1	5,8	45,9	279
2011	260	ГУЛЯШ	110	42,16	5	11,3	3,2	152
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,98	0,2	0,1	15	80
Итого				65,92	20,9	17,7	67,3	660
ОБЕД 6-10								
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	30	0,29	0,4	1,2	2,5	20
2011	112	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	13,60	7,2	6,1	18	155
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	12,18	6,6	5,4	38,3	228
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	34,32	14,2	15,6	11	241
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	1,40	0,5	2,9	2,2	37
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	3,40	3,3	0,3	14,1	103
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,88			23,3	93
Итого				71,03	32,2	31,5	109,4	877
ОБЕД ОБЗ 6-10								
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	30	0,29	0,4	1,2	2,5	20
2011	112	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	13,60	7,2	6,1	18	155
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	12,18	6,6	5,4	38,3	228
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	34,32	14,2	15,6	11	241
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	1,40	0,5	2,9	2,2	37
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	3,40	3,3	0,3	14,1	103
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,88			23,3	93
Итого				71,03	32,2	31,5	109,4	877
ОБЕД 11-18								
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	30	0,29	0,4	1,2	2,5	20
2011	112	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	13,51	7,2	6,1	18	155
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	14,35	7,9	6,5	46	273
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	46,43	18,8	20,3	12,3	307
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	1,29	0,5	2,9	2,2	37
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,88			23,3	93
Итого				87,17	40,1	37,5	126,8	1050
ОБЕД ОБЗ 11-13								
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	30	0,29	0,4	1,2	2,5	20
2011	112	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	13,60	7,2	6,1	18	155
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	14,35	7,9	6,5	46	273
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	46,43	18,8	20,3	12,3	307
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	1,40	0,5	2,9	2,2	37
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,95			23,3	93
Итого				87,38	40,1	37,5	126,8	1050
ОБЕД ОБЗ 11-18								
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	30	0,24	0,4	1,2	2,5	20
2011	112	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	13,54	7,2	6,1	18	155
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	14,38	7,9	6,5	46	273
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	46,44	18,8	20,3	12,3	307
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	1,41	0,5	2,9	2,2	37
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,88			23,3	93
Итого				87,43	40,1	37,5	126,8	1050
ОБЕД РОДИТЕЛЬСКАЯ ПЛАТА								
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	30	0,28	0,4	1,2	2,5	20
2011	112	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	13,63	7,2	6,1	18	155
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	14,38	7,9	6,5	46	273
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	46,44	18,8	20,3	12,3	307
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	1,41	0,5	2,9	2,2	37
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,88			23,3	93
Итого				87,43	40,1	37,5	126,8	1050