

Утверждаю



директор
ЧОУ РО "НЕРПЦ(МП)" СПГ
/протоиерей Евгений Валерьевич Худин/

МЕНЮ

2 апреля 2025 г.

7-10 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ	150/15	8,20	7,00	51,80	303,00
2011	455	КОВРИЖКА С САХАРНОЙ ПУДРОЙ	75	3,40	14,00	47,40	329,00
2008		БАНАН	1	0,00	0,00	0,20	1,00
2011	388	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,70	0,30	28,70	133,00
2008		БАТОН	45	3,40	1,30	23,10	118,00
Итого				15,70	22,60	151,20	884,00
Обед							
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ЗЕЛЕНЬЮ	250	1,80	5,20	13,20	107,00
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ КАЛЬМАРОВ	50	8,90	4,30	2,40	84,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,70	4,40	38,80	209,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,20	0,10	15,00	60,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,70	0,40	17,00	82,00
Итого				17,30	14,40	86,40	542,00
Полдник							
2011	ТТК	ПЛЮШКА С МАКОМ	60	4,40	5,40	34,90	206,00
2008		ЯБЛОКО	1	0,00	0,00	0,10	0,00
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15	0,10	0,00	14,70	59,00
Итого				4,50	5,40	49,70	265,00
Всего				37,50	42,40	287,30	1 691,00

калькулятор

Инна Михайловна Коптева

заведующий производством

Ольга Анатольевна Панкратова

Утверждаю



директор

ЧОУ РО "НЕРПЦ(МП)" СПГ

/протоиерей Евгений Валерьевич Худин/

МЕНЮ

2 апреля 2025 г.

11-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ	150/20	8,20	7,00	56,60	322,00
2011	455	КОВРИЖКА С САХАРНОЙ ПУДРОЙ	95	4,60	18,00	63,30	433,00
2008		БАНАН	1	0,00	0,00	0,20	1,00
2011	388	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,70	0,30	28,70	133,00
2008		БАТОН	48	3,60	1,40	24,70	126,00
Итого				17,10	26,70	173,50	1 015,00
Обед							
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ЗЕЛЕНЬЮ	250	1,80	5,20	13,20	107,00
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ КАЛЬМАРОВ	50	7,30	3,80	2,40	73,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,70	4,40	38,80	209,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,20	0,10	15,00	60,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,70	0,40	17,00	82,00
Итого				15,70	13,90	86,40	531,00
Полдник							
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,60	5,10	8,30	88,00
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	200	7,80	15,60	28,60	286,00
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15	0,10	0,00	14,70	59,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,70	0,40	17,00	82,00
Итого				12,20	21,10	68,60	515,00
Всего				45,00	61,70	328,50	2 061,00

калькулятор

Инна Михайловна Коптева

заведующий производством

Ольга Анатольевна Панкратова