

Утверждаю

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

# МЕНЮ

8 октября 2024 г.

7-10 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	70	1,30	6,30	5,40	84,00
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,40	4,60	34,20	200,00
2008		ЯБЛОКО	1	0,00	0,00	0,10	0,00
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,30	0,10	21,50	90,00
2008		БАТОН	40	3,00	1,20	20,60	105,00
<b>Итого</b>				<b>10,00</b>	<b>12,20</b>	<b>81,80</b>	<b>479,00</b>
<b>Обед</b>							
2012	87	СУП С КРУПОЙ, РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250/20	4,70	4,30	16,60	124,00
2011	229	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	12,80	8,80	5,10	150,00
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,70	7,30	39,10	237,00
2008		ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50	0,60	0,10	1,90	12,00
2011	388	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,70	0,30	28,70	133,00
2008		БАТОН	30	2,30	0,90	15,40	79,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,60	0,50	23,30	112,00
<b>Итого</b>				<b>28,40</b>	<b>22,20</b>	<b>130,10</b>	<b>847,00</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ПЕЧЕНЬЕ ПОСТНОЕ	1	0,10	0,10	0,70	4,00
2008		ЯБЛОКО	1	0,00	0,00	0,10	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,00	0,00	14,70	59,00
<b>Итого</b>				<b>0,10</b>	<b>0,10</b>	<b>15,50</b>	<b>63,00</b>
<b>Всего</b>				<b>38,50</b>	<b>34,50</b>	<b>227,40</b>	<b>1 389,00</b>

калькулятор

Инна Михайловна Коптева

заведующий производством

Ольга Анатольевна Панкратова

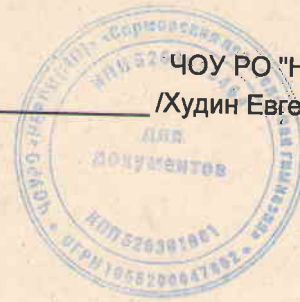
Утверждаю

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

# МЕНЮ

8 октября 2024 г.

11-18 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	80	1,50	7,10	6,10	95,00
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,30	5,60	40,40	237,00
2008		ЯБЛОКО	1	0,00	0,00	0,10	0,00
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,30	0,10	21,50	90,00
2008		БАТОН	50	3,80	1,50	25,70	131,00
<b>Итого</b>				<b>11,90</b>	<b>14,30</b>	<b>93,80</b>	<b>553,00</b>
<b>Обед</b>							
2012	87	СУП С КРУПОЙ, РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250/20	4,70	4,30	16,60	124,00
2011	229	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	12,80	8,80	5,10	150,00
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,70	7,30	39,10	237,00
2008		ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60	0,50	0,10	1,50	8,00
2011	388	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,70	0,30	28,70	133,00
2008		БАТОН	30	2,30	0,90	15,40	79,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,60	0,50	23,30	112,00
<b>Итого</b>				<b>28,30</b>	<b>22,20</b>	<b>129,70</b>	<b>843,00</b>
<b>Полдник</b>							
2008	239	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	55	8,60	7,60	5,50	125,00
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,70	7,30	39,10	237,00
2008		ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	35	0,30	0,00	0,90	5,00
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,10	0,10	26,40	108,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,70	61,00
<b>Итого</b>				<b>14,70</b>	<b>15,30</b>	<b>84,60</b>	<b>536,00</b>
<b>Всего</b>				<b>54,90</b>	<b>51,80</b>	<b>308,10</b>	<b>1 932,00</b>

калькулятор

Инна Михайловна Коптева

заведующий производством

Ольга Анатольевна Панкратова