

Утверждаю

директор

ЧОУ РО "НЕРПЦ(МП)" СПГ

/Худин Евгений Валерьевич/

МЕНЮ

13 марта 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							
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,20	5,50	33,50	204,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	70	1,30	6,30	5,40	84,00
2008		ЯБЛОКО	1	0,00	0,00	0,10	0,00
2011	388	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,70	0,30	28,70	133,00
2008		БАТОН	40	3,00	1,20	20,60	105,00
Итого				10,20	13,30	88,30	526,00
Обед							
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250/10	3,10	3,20	10,70	84,00
2008	238	РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	60/30	16,20	6,60	1,70	130,00
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,90	5,40	23,70	156,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,20	0,10	15,00	60,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,60	0,50	23,30	112,00
Итого				26,00	15,80	74,40	542,00
Полдник							
2011	428	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	60	5,30	2,60	36,10	189,00
		ФРУКТЫ свежие	1	0,00	0,00	0,20	1,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,10	0,00	14,70	60,00
Итого				5,40	2,60	51,00	250,00
Всего				41,60	31,70	213,70	1 318,00

калькулятор

Инна Михайловна Коптева

заведующий производством

Ольга Анатольевна Панкратова

Утверждаю

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

МЕНЮ

13 марта 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							
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,40	6,60	41,00	249,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	70	1,30	6,30	5,40	84,00
2008		ЯБЛОКО	1	0,00	0,00	0,10	0,00
2011	388	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,70	0,30	28,70	133,00
2008		БАТОН	50	3,80	1,50	25,70	131,00
Итого				12,20	14,70	100,90	597,00
Обед							
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250/10	3,10	3,20	10,70	84,00
2008	238	РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	60/30	15,90	5,00	0,40	110,00
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,90	5,40	23,70	156,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,20	0,10	15,00	60,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,60	0,50	23,30	112,00
Итого				25,70	14,20	73,10	522,00
Полдник							
2008	239	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	9,40	7,60	9,10	142,00
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,70	5,40	39,10	219,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,10	0,00	14,70	60,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,70	61,00
Итого				15,20	13,30	75,60	482,00
Всего				53,10	42,20	249,60	1 601,00

калькулятор

Инна Михайловна Коптева

заведующий производством

Ольга Анатольевна Панкратова