

МЕНЮ

19 ноября 2025 г.

12-18 лет



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	14	0,07	11,42	0,11	103,57	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2,66	3,39	0,00	41,72	0,03
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	6,67	8,20	33,02	233,25	0,50
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	185	4,87	4,58	15,62	125,04	0,60
2008		БАТОН	50	3,85	1,50	25,05	129,50	0,00
2008		АПЕЛЬСИН	150	1,35	0,30	12,15	64,50	90,00
Итого			596	19,47	29,39	85,95	697,58	91,13
II Завтрак								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,85	2,35	18,28	101,75	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			225	2,85	2,55	38,08	187,75	4,00
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,60	5,48	8,61	92,59	25,31
2011	119	СУП С БОБОВЫМИ	250/25	12,60	7,52	18,65	192,97	4,59
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	60	6,40	13,91	0,23	151,90	0,00
2008	124	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	180	4,07	5,27	23,04	156,62	10,66
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,45	0,09	28,08	115,77	0,49
2008		БАТОН	58	4,43	1,73	28,81	148,93	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			909	29,55	34,00	107,42	858,78	41,05
Полдник								
2008	444	ОЛАДЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100	7,86	8,69	32,85	241,57	0,31
2023	1	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНАМИ "КИСЕЛЬ ДЕТСКИЙ ВИТОШКА"	180	0,00	0,00	5,82	95,79	2,01
2008		ЯБЛОКО	150	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00
Итого			430	8,46	9,29	53,37	407,86	17,32
Ужин								
2008	61	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	60	10,29	12,21	0,98	155,39	0,49
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	115	1,91	10,24	10,00	141,68	8,90
2011	230	РЫБА ЖАРЕНАЯ	100	21,52	8,55	2,09	171,39	0,22
2008	143	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	200	5,33	15,61	35,99	314,15	5,71
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,39	0,00	14,22	58,40	0,08
2008		БАТОН	76	5,84	2,27	37,99	196,41	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	89	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			830	45,28	48,88	101,27	1 037,42	15,40
Ужин 2								
2011	386	КЕФИР	214	12,07	10,41	16,65	220,55	0,00
Итого			214	12,07	10,41	16,65	220,55	0,00
Всего				117,68	134,52	402,74	3 409,94	168,90

Диетсестра

Себ

Себелева В.Е.

Повар

Винокурова

Винокурова О.А