



# МЕНЮ

24 января 2024 г.

## Возрастная категория 7-11 лет

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда                         | Выход  | Химический состав |             |              | Энерге-тическая ценность, ккал |
|--------------------|---------------|--|--------|-------------------|-------------|--------------|--------------------------------|
|                    |               |  |        | Белки, г          | Жиры, г     | Угле-воды, г |                                |
| <b>Завтрак</b>     |               |  |        |                   |             |              |                                |
| 2006               | 297           | *ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ, | 150/30 | 19,9              | 18,7        | 40,9         | 437                            |
| 2008               |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 30     | 2,3               | 0,8         | 16,1         | 83                             |
| 2008               | 407           | КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА                      | 200    |                   |             | 17,7         |                                |
| <b>Итого</b>       |               |  |        | <b>22,2</b>       | <b>19,5</b> | <b>74,7</b>  | <b>520</b>                     |
| <b>Обед</b>        |               |  |        |                   |             |              |                                |
| 2006               | 148           | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С КУРИЦЕЙ)    | 200    | 6,9               | 8,1         | 11,4         | 150                            |
| 2008               | 335           | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                          | 180    | 2,9               | 4,5         | 22,9         | 149                            |
| 2016               | 00            | КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ В ДУХОВКЕ                | 100    | 15,6              | 17          |              | 232                            |
|                    |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 30     | 2                 | 0,3         | 12,3         | 60                             |
| 2021               | 457           | ЧАЙ С САХАРОМ                              | 200/10 | 0,2               |             | 9,1          | 37                             |
| 2008               | 35            | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ              | 50     | 1,2               | 2,6         | 5,5          | 51                             |
| <b>Итого</b>       |               |  |        | <b>28,8</b>       | <b>32,5</b> | <b>61,2</b>  | <b>679</b>                     |
| <b>Всего</b>       |               |  |        | <b>51</b>         | <b>52</b>   | <b>135,9</b> | <b>1199</b>                    |