



# МЕНЮ

15 ноября 2022 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,   | 200    | 30,9              | 20,8        | 45,4         | 515                            |
| 2008               |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                               | 40     | 2,3               | 0,8         | 16,4         | 84                             |
| 1994               | 628           | ЧАЙ С САХАРОМ                                | 200/15 | 0,2               |             | 13,7         | 55                             |
| <b>Итого</b>       |               |  |        | <b>33,4</b>       | <b>21,6</b> | <b>75,5</b>  | <b>654</b>                     |
| <b>Обед</b>        |               |  |        |                   |             |              |                                |
| 2006               | 138           | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ                  | 200    | 4,5               | 4,3         | 13,9         | 108                            |
| 2008               | 335           | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                            | 180    | 2,9               | 4,5         | 22,9         | 149                            |
| 2006               | 309           | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ            | 100    | 10,2              | 5,8         | 4,2          | 109                            |
| 1994               | 628           | ЧАЙ С САХАРОМ                                | 200/15 | 0,2               |             | 13,7         | 55                             |
|                    |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                  | 30     | 2                 | 0,3         | 12,3         | 60                             |
| 2008               | 451           | ПИРОГ ПЕЧЕНый ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С КАПУСТОЙ | 50     | 3,5               | 3,2         | 17,6         | 117                            |
| <b>Итого</b>       |               |  |        | <b>23,3</b>       | <b>18,1</b> | <b>84,6</b>  | <b>598</b>                     |
| <b>Всего</b>       |               |  |        | <b>56,7</b>       | <b>39,7</b> | <b>160,1</b> | <b>1252</b>                    |