

*А. П. У. Гасиева*

## МЕНЮ

рацион горячего питания (7-11 лет)

на "11 июля" 2023 год

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергетическая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
<b>7 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Масло сливочное (порциями)	10	2008	13	0,1	8,3	0,1	75,0
Каша рисовая молочная с маслом сливочным ( крупа рисовая, молоко, сахар, масло сливочное, соль)	200	2008	189	5,0	8,1	27,9	205,2
Кофейный напиток (кофейный напиток, сахар, молоко)	200	2008	432	1,5	1,3	22,4	107,0
Батон обогащенный микронутриентами	50	к/к	2	4,4	1,3	26,8	135,0
Йогурт 2,5% жирности в индивидуальной упаковке	125	ТТК	3	3,5	3,1	13,8	100,0
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>585</b>			<b>14,5</b>	<b>22,1</b>	<b>91,0</b>	<b>622,2</b>
<b>Обед</b>							
Винегрет овощной (картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, лук репчатый, масло растительное, соль)	100	2008	51	1,4	10,1	6,6	123,0
Суп крестьянский с крупой, говядиной и сметаной (капуста свежая белокочанная, картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, масло растительное, говядина, соль)	200/10/5	2008	94/252	5,1	8,2	11,6	145,0
Печень по-строгановски (печень говяжья, мука пшеничная, масло растительное, сметана, паста томатная, соль)	100/20	2008	256	12,1	12,9	11,7	201,2
Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	150	2008	331	5,5	4,8	31,3	191,0
Кисель из кураги (курага, сахар, крахмал картофельный, кислота лимонная)	200	2008	406	0,7	0,1	37,0	151,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	60	к/к	1	4,2	0,6	27,9	135,0
Батон обогащенный микронутриентами	50	к/к	2	4,4	1,3	26,8	135,0
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>895</b>			<b>33,4</b>	<b>38,0</b>	<b>152,8</b>	<b>1081,1</b>
<b>Полдник</b>							
Сок фруктовый в ассортименте	200	2008	442	1,0	0,2	19,8	86,0
Фрукты свежие (яблоки)	150	2015	338	0,6	0,6	14,7	70,5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>			<b>1,6</b>	<b>0,8</b>	<b>34,5</b>	<b>156,5</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>35,0</b>	<b>38,8</b>	<b>187,3</b>	<b>1237,6</b>

Зап. производством:

*В. В. В.*

Калькулятор:

*А. П. У. Засветина*

## МЕНЮ

рацион горячего питания (12-18 лет)

на "11" *марта* 2023 год

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и норматив-ная документа-ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологи- чес-кой карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энер-гети- ческая цен- ность, ккал
	г			Всего	Всего	Всего	
7 день							
Завтрак							
Масло сливочное (порциями)	10	2008	13	0,1	8,3	0,1	75,0
Каша рисовая молочная с маслом сливочным ( крупа рисовая, молоко, сахар, масло сливочное, соль)	230	2008	189	5,8	9,3	32,1	235,9
Кофейный напиток (кофейный напиток, сахар, молоко)	200	2008	432	1,5	1,3	22,4	107,0
Батон обогащенный микронутриентами	60	к/к	2	5,3	1,5	32,1	162,0
Йогурт 2,5% жирности в индивидуальной упаковке	125	ТТК	3	3,5	3,1	13,8	100,0
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>625</b>			<b>16,2</b>	<b>23,5</b>	<b>100,5</b>	<b>679,9</b>
Обед							
Винегрет овощной (картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, лук репчатый, масло растительное, соль)	120	2008	51	1,7	12,1	7,9	147,6
Суп крестьянский с крупой, говядиной и сметаной (капуста свежая белокочанная, картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, масло растительное, говядина, соль)	250/10/5	2008	94/252	6,2	10,2	14,2	178,7
Печень по-строгановски (печень говяжья, мука пшеничная, масло растительное, сметана, паста томатная, соль)	120/30	2008	256	15,1	16,1	14,6	251,5
Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	180	2008	331	6,6	5,8	37,6	229,2
Кисель из кураги (курага, сахар, крахмал картофельный, кислота лимонная)	200	2008	406	0,7	0,1	37,0	151,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	90	к/к	1	6,3	0,9	41,9	202,5
Батон обогащенный микронутриентами	70	к/к	2	6,2	1,8	37,5	189,0
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1075</b>			<b>42,8</b>	<b>46,9</b>	<b>190,7</b>	<b>1349,4</b>
Полдник							
Сок фруктовый в ассортименте	200	2008	442	1,0	0,2	19,8	86,0
Фрукты свежие (яблоки)	150	2015	338	0,6	0,6	14,7	70,5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>			<b>1,6</b>	<b>0,8</b>	<b>34,5</b>	<b>156,5</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>60,6</b>	<b>71,2</b>	<b>325,6</b>	<b>2185,9</b>

Зап. производством:

Калькулятор: