

Утверждаю



# МЕНЮ

1 февраля 2024 г.

**Безмолочно - безглютеновое 7-18 лет**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2015	12	ПОДГАРНИРОВКА ( КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ)	30	16.30	0,9	0,1	2	12
2011	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	150	26.06	2,8	5,5	23,3	154
1998	901.1	ФИЛЕ КУРИНОЕ ЗАПЕЧЕНОЕ С ПОМИДОРОМ	100	112.88	23,2	3,9	1,5	125
	ПП	ХЛЕБ БЕЛЫЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	25	15.00	0,6	0,7	10	51
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.69	0,2		7,2	30
2011	338	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	118	35.48	0,5	0,5	11,6	56
<b>Итого</b>				<b>208.41</b>	<b>28,2</b>	<b>10,7</b>	<b>55,6</b>	<b>428</b>
<b>Обед</b>								
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЗЕЛЁНЫМ ЛУКОМ	100	25.06	1,5	5,1	8,9	88
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	16.14	5,8	5,4	19	147
2011	244	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	200	113.75	15,9	12,6	42,5	415
	ПП	ХЛЕБ БЕЛЫЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	30.00	1,2	1,4	19,9	102
2011	342	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	200	20.64	0,3	0,2	13,1	56
<b>Итого</b>				<b>205.59</b>	<b>24,7</b>	<b>24,7</b>	<b>103,4</b>	<b>808</b>
<b>Всего</b>				<b>414.00</b>	<b>52,9</b>	<b>35,4</b>	<b>159</b>	<b>1236</b>

Директор школы \_\_\_\_\_

Мед. работник \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_