

**МЕНЮ**

12 мая 2023 г.

7-11 лет Льготная категория 1 смена
12-18 лет Льготная категория 1 смена

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ	200	29.90	8,1	7,7	43,4	276
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (батон особый)	50	38.19	5,9	8,8	15,1	165
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	50	22.20	6,2	5,6	0,4	76
	ПП	БАТОН НА ЗДОРОВЬЕ (пшенично-ржаной обогащённый витаминами, железом и кальцием)	40	9.98	1,6	0,7	14,2	52
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	6.70	0,2		15,1	62
2011	338	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	150	45.03	0,6	0,6	14,7	71
Итого				152.00	22,6	23,4	102,9	702
Обед								
2015	3	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ	100	21.19	1,8	7,1	7,8	103
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250	25.16	2,4	6	16,3	130
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	110.37	13,3	13,6	20,3	329
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	20.00	1	0,2	19,8	86
	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	11.40	4,1	0,6	28,5	137
	ПП	ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	40	7.88	2,8	0,4	18,7	90
	ПП	КЕКС ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ, ШТ	30	30.00	1,7	3,2	11,9	99
Итого				226.00	27,1	31,1	123,3	974
Всего				378.00	49,7	54,5	226,2	1676

Директор школы

Мед. работник

Повар бригадир