

Утверждаю



МЕНЮ

16 октября 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	29.45	8	9	42,5	261
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (батон особый)	40	37.25	5,1	8,7	10,1	140
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	50	22.16	6,2	5,6	0,4	76
	ПП	БАТОН НА ЗДОРОВЬЕ (пшенично-ржаной обогащённый витаминами, железом и кальцием)	25	6.23	1	0,4	8,8	33
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	5.41	0,3		7,4	32
2011	338	ГРУШИ СВЕЖИЕ	170	59.50	0,7	0,5	20,1	80
Итого				160.00	21,3	24,2	89,3	622
Обед								
2011	58	САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ ДАЙКОН И СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	53.55	1,1	6	3,5	72
2011	104	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ ИЗ ИНДЕЙКИ	250	48.16	11,9	5,7	22,1	163
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	15.06	5,4	5,2	39,1	240
2011	269	КОТЛЕТЫ АППЕТИТНЫЕ	100	78.18	14,6	16,3	14	221
2012	348	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	30	2.94	0,2	1,3	6,8	22
	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	11.40	4,2	0,6	29,4	141
	ПП	ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	46	8.71	3,1	0,5	20,6	99
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	20.00	1	0,2	20,2	86
Итого				238.00	41,5	35,8	155,7	1044
Всего				398.00	62,8	60	245	1666

Директор школы _____

 Мед. работник _____

 Повар бригадир _____