

Утверждаю



# МЕНЮ

17 января 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>								
2011	137	КАША ИЗ ТЫКВЫ (Б/Г)	150	42.31	1,8	4	27,9	156
2008	257	ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ КУРИНОГО (Б/Г)	90	94.39	20,7	7,7	3,5	158
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	5.41	0,3		7,4	32
	ПП	ХЛЕБ БЕЛЫЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	12.00	0,5	0,5	8	41
2011	341	МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ	100	55.00	0,8	0,2	7,5	38
<b>Итого</b>				<b>209.11</b>	<b>24,1</b>	<b>12,4</b>	<b>54,3</b>	<b>425</b>
<b>Обед</b>								
2011	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ	100	41.14	1	6,1	3,7	75
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (без том.пасты)	250	18.62	1,8	5	11,7	99
2011	139	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	200	110.58	14,8	13,8	14,8	244
	ПП	ХЛЕБ БЕЛЫЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	25.36	1	1,1	16,8	87
2011	388	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	9.19	0,7	0,3	16,2	82
<b>Итого</b>				<b>204.89</b>	<b>19,3</b>	<b>26,3</b>	<b>63,2</b>	<b>587</b>
<b>Всего</b>				<b>414.00</b>	<b>43,4</b>	<b>38,7</b>	<b>117,5</b>	<b>1012</b>



Директор школы \_\_\_\_\_

Мед. работник \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

*(Handwritten signatures)*