



# МЕНЮ

(БЕЗМОЛОЧНО-БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ)

18 декабря 2023 г.

возрастная категория 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	71	ОГУРЦЫ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ В НАРЕЗКЕ	60	27.57	0,5	0,1	1,5	8
2011	143	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ (Б/Г)	200	114.74	13,5	10,7	14,2	292
	ПП	ХЛЕБ БЕЛЫЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	25	15.00	0,6	0,7	10,3	53
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.69	0,2		7,2	30
<b>Итого</b>				<b>160.00</b>	<b>14,8</b>	<b>11,5</b>	<b>33,2</b>	<b>383</b>
<b>Обед</b>								
2011	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С ЗЕЛЁНЫМ ЛУКОМ И ГОРОШКОМ	100	49.42	1,2	7,1	3,6	85
2011	104	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ ИЗ ИНДЕЙКИ	250	46.93	9	4,4	17,7	146
2011	302.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	150	19.55	8,6	7,2	39,3	257
2011	294	БИТОЧКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (Б/Г)	100	83.84	20	4,8	12,8	173
	ПП	ХЛЕБ БЕЛЫЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	30	18.26	0,7	0,8	12,1	62
2011	389	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	20.00	1	0,2	20,2	86
<b>Итого</b>				<b>238.00</b>	<b>40,5</b>	<b>24,5</b>	<b>105,7</b>	<b>809</b>
<b>Всего</b>				<b>398.00</b>	<b>55,3</b>	<b>36</b>	<b>138,9</b>	<b>1192</b>



Директор школы \_\_\_\_\_

Мед. работник \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_