

Утверждаю



# МЕНЮ

6 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>								
2012	166	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЁННАЯ С ОВОЩАМИ (Б/Г)	150	15.43	6,2	11,5	37,1	276
1998	901.1	ФИЛЕ КУРИНОЕ ЗАПЕЧЕНОЕ С ПОМИДОРОМ	100	112.88	23,2	3,9	1,5	125
	ПП	ХЛЕБ БЕЛЫЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	22	13.23	0,5	0,6	8,7	45
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.69	0,2		7,2	30
2011	338	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	100	30.00	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>				<b>174.23</b>	<b>30,5</b>	<b>16,4</b>	<b>64,3</b>	<b>523</b>
<b>Обед</b>								
2011	17	САЛАТ ИЗ ПЕКИНСКОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦАМИ И СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	100	55.76	1	10,1	2,4	105
2011	84	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	250	20.32	3,4	5,2	15,7	129
2011	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	150	26.54	2,9	5,5	23,8	156
2011	229	ТРЕСКА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	108.90	13,7	5,7	4,2	130
	ПП	ХЛЕБ БЕЛЫЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	30	18.00	0,7	0,8	11,9	61
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	10.25	0,8		22,3	93
<b>Итого</b>				<b>239.77</b>	<b>22,5</b>	<b>27,3</b>	<b>80,3</b>	<b>674</b>
<b>Всего</b>				<b>414.00</b>	<b>53</b>	<b>43,7</b>	<b>144,6</b>	<b>1197</b>

Директор школы \_\_\_\_\_

Мед. работник \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

