

Утверждаю



МЕНЮ

9 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 | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 71 | ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ В НАРЕЗКЕ | 30 | 13.77 | 0,2 | | 0,8 | 4 |
| 2016 | 356 | РИС С ГОРОШКОМ, КУКУРУЗОЙ И МОРКОВЬЮ | 150 | 32.96 | 3,8 | 5,4 | 34,4 | 201 |
| 2011 | 294 | БИТОЧКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (Б/Г) | 100 | 83.83 | 20 | 4,8 | 12,8 | 173 |
| | ПП | ХЛЕБ БЕЛЫЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА | 20 | 12.27 | 0,5 | 0,6 | 8,1 | 42 |
| 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 |
| Итого | | | | 175.52 | 25,1 | 11,2 | 73,1 | 497 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2015 | 45 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 100 | 20.04 | 1,6 | 5,1 | 6,9 | 80 |
| 2011 | 104 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 250 | 57.34 | 7,7 | 9,5 | 19,2 | 195 |
| 2011 | 292 | ФИЛЕ КУРИНОЕ ТУШЕННОЕ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ Б/Г | 200 | 121.91 | 23,7 | 15,8 | 14,7 | 289 |
| | ПП | ХЛЕБ БЕЛЫЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА | 50 | 30.00 | 1,2 | 1,4 | 19,9 | 102 |
| 2011 | 388 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 200 | 9.19 | 0,7 | 0,3 | 16,2 | 82 |
| Итого | | | | 238.48 | 34,9 | 32,1 | 76,9 | 748 |
| Всего | | | | 414.00 | 60 | 43,3 | 150 | 1245 |



Директор школы _____

Мед. работник _____

Зав. производством _____

(Handwritten signatures in blue ink)