

Утверждаю



ДИРЕКТОР  
ООО "РАДУГА ВКУСА"  
/ШИКУЛА А.А./

# МЕНЮ

4 марта 2024 г.

## Безмолочно - безглютеновое 7-18 лет

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда  | Выход | Цена, руб.    | Химический состав |             |              | Энерге-тическая ценность, ккал |
|--------------------|---------------|---|-------|---------------|-------------------|-------------|--------------|--------------------------------|
|                    |               |   |       |               | Белки, г          | Жиры, г     | Угле-воды, г |                                |
| <b>Завтрак</b>     |               |   |       |               |                   |             |              |                                |
| 2011               | 203           | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ БЕЗ ГЛЮТЕНА ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ | 100   | 38.01         | 2,6               | 4           | 33           | 182                            |
| 2008               | 257           | ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ КУРИНОГО (Б/Г)                                  | 100   | 104.88        | 22,9              | 8,5         | 3,9          | 176                            |
|                    | ПП            | ХЛЕБ БЕЛЫЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА  | 20    | 12.66         | 0,5               | 0,6         | 8,3          | 43                             |
| 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>188.24</b> | <b>26,6</b>       | <b>13,5</b> | <b>62,2</b>  | <b>478</b>                     |
| <b>Обед</b>        |               |   |       |               |                   |             |              |                                |
| 2011               | 17            | САЛАТ ИЗ ПЕКИНСКОЙ КАПУСТЫ С ПОМИДОРАМИ                       | 100   | 47.97         | 1,1               | 10,2        | 2,7          | 108                            |
| 2012               | 77            | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ   | 250   | 21.25         | 1,8               | 5,1         | 10,9         | 97                             |
| 2011               | 302.1         | КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ              | 150   | 19.55         | 8,6               | 7,2         | 39,3         | 257                            |
| 2008               | 257           | МЯСО ТУШЕНОЕ (Б/Г)  | 100   | 97.99         | 11,5              | 10,6        | 3,5          | 238                            |
|                    | ПП            | ХЛЕБ БЕЛЫЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА  | 25    | 15.00         | 0,6               | 0,7         | 10           | 51                             |
| 2011               | 389           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ  | 200   | 24.00         | 1                 | 0,2         | 20,2         | 86                             |
| <b>Итого</b>       |               |   |       | <b>225.76</b> | <b>24,6</b>       | <b>34</b>   | <b>86,6</b>  | <b>837</b>                     |
| <b>Всего</b>       |               |   |       | <b>414.00</b> | <b>51,2</b>       | <b>47,5</b> | <b>148,8</b> | <b>1315</b>                    |

Директор школы \_\_\_\_\_

Мед. работник \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

