

ИП Орлов А.О.



МЕНЮ

" 10 " марта 2022 г.

7-11 лет

3 день

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	8,16	1	4	5	62
2022	9т	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60/30	28,97	12,4	16,6	2,1	207
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	30,92	3,3	5,5	22,8	155
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,23	0,2		10,1	41
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,91	2,3	0,2	15,1	71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,10	1,3	0,2	8,5	41
Итого				72,29	20,5	26,5	63,6	577
Обед								
2012	22	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	60	7,21	0,8	4,1	5,2	62
2022	4т	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И ТОМАТОМ	250	14,78	2,8	2,9	24	133
2022	6т	ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО СМЕТАНОЙ	200/14	82,94	24	19	43,6	450
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,86			9,7	39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,18	3,7	0,3	24,3	115
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,93	2,3	0,3	14,8	71
Итого				112,90	33,6	26,6	121,6	870
Полдник								
2011	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	25,46	9,4	7,5	7,3	138
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180	19,19	4,9	4,4	7,9	99
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	16,05	0,4	0,4	9,8	47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,27	1,5	0,1	10	47
Итого				61,97	16,2	12,4	35	331
Всего				247,16	70,3	65,5	220,2	1778

Повар