ИП Орлов А.О.

Утверждаю

Директор школы № 45

МЕНЮ

"28" 09 2023 г.

7-11 лет

4 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60	0,50	0,10	1,50	8,00
2023	81	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (90/10)	100	18,90	5,90	1,80	137,00
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,30	5,30	22,30	137,00
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	86,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,70	0,20	17,60	83,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,70	61,00
Итого				**28,40**	**12,00**	**76,10**	**512,00**
Цена за единицу услуги "завтрак" - 95,00 руб.							
Обед							
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,10	5,30	4,60	55,00
2011	113	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250	2,90	5,70	14,30	120,00
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	90	20,90	21,10	0,40	274,00
2011	331	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №331	30	0,60	1,10	2,40	25,00
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	8,20	9,70	37,00	268,00
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	10,10	41,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,10	0,30	20,10	95,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	8,50	41,00
Итого				**38,30**	**43,40**	**97,40**	**919,00**
Цена за единицу услуги "обед" - 115,00 руб.							
Полдник							
2023	101	ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕНЫЕ С ТВОРОГОМ	100	14,20	9,50	32,30	274,00
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	10,10	41,00
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН)	100	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого				**15,30**	**9,70**	**50,50**	**358,00**
Цена за единицу услуги "полдник" - 75,00 руб.							
Всего				**82,00**	**65,10**	**224,00**	**1 789,00**

Повар _____ (Семенченко)