

ИП Орлов А.О.

Согласовано

Директор школы № _____

МЕНЮ
" 13 " 09 2022 г.

7-11 лет

2 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	55	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	60	0,9	3,6	3,9	53
2008	284	ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)	60/30	8,3	13,7	9,9	195
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	4,6	5,1	29,6	183
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	19,6	83
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
Итого				17,6	22,9	81,2	601
Обед							
2012	22	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	60	0,8	4,1	5,3	62
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,2	5,8	13,2	116
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	170	17,7	22,7	30,8	397
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		10,1	41
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,3	0,3	21,9	103
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71
Итого				26,5	33,2	96,1	790
Полдник							
2008		ПРЯНИКИ	40	2,4	1,9	30	146
2022	83	МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	200	5,6	4,9	9,3	105
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ВИНОГРАД)	100	0,6	0,6	15,4	72
Итого				8,6	7,4	54,7	323
Всего				52,7	63,5	232	1714



(*Сидорова*)