

**Утверждаю**

Директор школы №45

/М.А. Стегно/

# МЕНЮ

" 5 " апреле 2024 г.



## 7-11 лет

## 10 день

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                               | Выход | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|--------------------------------------------------|-------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                  |       |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                                  |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 52                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ                         | 100   | 15,64         | 1,40              | 6,10    | 8,30             | 93,00                                    |
| 2011                          | 291                 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                                    | 170   | 74,56         | 14,40             | 8,90    | 30,40            | 260,00                                   |
| 2021                          | 11                  | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С<br>МОЛОКОМ                    | 200   | 11,09         | 3,40              | 2,40    | 17,50            | 106,00                                   |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 20    | 1,51          | 1,50              | 0,10    | 10,00            | 47,00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 20    | 1,32          | 1,30              | 0,20    | 8,50             | 41,00                                    |
| Итого                         |                     |                                                  |       | 104,12        | 22,00             | 17,70   | 74,70            | 547,00                                   |
| Обед                          |                     |                                                  |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 71                  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО<br>СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ) | 60    | 20,45         | 0,70              | 0,10    | 2,30             | 14,00                                    |
| 2011                          | 103                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ      | 250   | 11,26         | 2,80              | 2,90    | 20,20            | 118,00                                   |
| 2011                          | 271                 | КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5)    | 95    | 72,73         | 11,70             | 21,50   | 8,60             | 275,00                                   |
| 2011                          | 171.1               | КАША РАССЫПЧАТАЯ<br>ГРЕЧНЕВАЯ                    | 150   | 12,46         | 8,20              | 9,70    | 37,00            | 268,00                                   |
| 2011                          | 389                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                                    | 200   | 26,40         | 1,00              | 0,20    | 19,60            | 83,00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 40    | 3,02          | 3,10              | 0,30    | 20,10            | 95,00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 20    | 1,32          | 1,30              | 0,20    | 8,50             | 41,00                                    |
| Итого                         |                     |                                                  |       | 147,64        | 28,80             | 34,90   | 116,30           | 894,00                                   |
| Полдник                       |                     |                                                  |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2023                          | 101                 | ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕНые<br>С ТВОРОГОМ            | 100   | 45,86         | 14,20             | 9,50    | 32,30            | 274,00                                   |
| 2021                          | 8                   | ЧАЙ С САХАРОМ                                    | 200   | 1,40          | 0,20              | 0,00    | 10,10            | 41,00                                    |
| 2011                          | 338                 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУША)                            | 100   | 39,17         | 0,40              | 0,30    | 10,30            | 47,00                                    |
| Итого                         |                     |                                                  |       | 86,43         | 14,80             | 9,80    | 52,70            | 362,00                                   |
| Всего                         |                     |                                                  |       | 338,19        | 65,60             | 62,40   | 243,70           | 1 803,00                                 |

Повар \_\_\_\_\_ (Т. М. Семененко)