

ИП Орлов А.О.

Согласовано

Директор школы №



МЕНЮ

2022

г

12-18 лет

2 день

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	55	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	100	1,5	6,1	6,6	88
2008	284	ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)	70/30	9,5	15,6	11,1	222
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	140	5,4	5,9	34,6	214
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	19,6	83
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,8	0,2	12,1	57
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
Итого				20,9	28,2	94,6	715
Обед							
2012	22	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ	100	1,4	6,9	8,8	104
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,2	5,8	13,2	116
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	20,7	26,7	36,4	468
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,4		10,5	44
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	29,2	138
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	122
Итого				33,2	40,3	123,5	992
Полдник							
2008	61	РЫБА ПОД МАРИНАДОМ	120	11,8	10,8	7,6	175
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
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59
Итого				19,9	16,5	44,8	411
Всего				74	85	262,9	2118

Повар

(Подпись)