

ИП Орлов А.О.

Директор школы № 4

МЕНЮ

" 11 " 2022 г.

12-18 лет

8 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								
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	14,16	4,6	8,6	7,5	128
2011	175	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	250	23,16	7,2	13,2	40	308
2021	11	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	11,31	3,4	2,4	17,5	106
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,64	3,1	0,2	20,1	95
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,48	1,7	0,2	10,6	51
Итого				52,75	20	24,6	95,7	688
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	10,85	1,9	8,9	7,7	119
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	19,59	2,2	5,8	13,2	116
2022	4т	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ С ЛУКОМ	100	27,48	9	4,6	8,9	117
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	26,02	3,8	6,2	25,7	174
2008	411	КИСЕЛЬ	200	7,02	0,1	0,1	27,9	113
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,80	4,5	0,4	29,2	138
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,82	3,3	0,4	21,2	102
Итого				97,58	24,8	26,4	133,8	879
Полдник								
2021	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	160/40	36,45	31,6	22,1	41,2	497
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	220	19,46	6,2	5,5	9,9	124
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	16,27	0,4	0,4	9,8	47
Итого				72,18	38,2	28	60,9	668
Всего				222,51	83	79	290,4	2235

Повар ()