

Утверждаю

Директор школы № 45

" 3 " октября 2023 г.

7-11 лет

7 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	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60	0,50	0,10	1,50	8,00
2011	297	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5)	95	13,40	16,60	6,90	231,00
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	30	2,30	0,20	15,10	71,00
Итого				20,50	22,40	66,00	533,00
Цена за единицу услуги "завтрак" - 95,00 руб.							
Обед							
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60	0,70	0,10	2,30	14,00
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	3,60	4,60	18,80	144,00
2011	270	КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5)	95	11,40	16,70	9,00	232,00
2021	3	РИС С ОВОЩАМИ	150	3,40	4,30	31,60	179,00
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	10,10	41,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,10	71,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,70	61,00
Итого				23,60	26,20	99,60	742,00
Цена за единицу услуги "обед" - 115,00 руб.							
Полдник							
2011	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,10	6,10	10,60	114,00
2022	83	МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	200	5,60	4,90	9,30	105,00
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУША)	100	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого				10,10	11,30	30,20	266,00
Цена за единицу услуги "полдник" - 75,00 руб.							
Всего				54,20	59,90	195,80	1 541,00

Повар А. Г. Шмелев