

ИП Орлов А.О.

Согласовано

Директор школы № 45

А.А. Звонков

МЕНЮ
«2» *Февр* 2022 г.

7-11 лет

8 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	
Завтрак								
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	13,73	3,5	4,4		55
2011	175	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	220	17,22	6,2	11,5	35,3	271
2021	11	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	9,26	3,4	2,4	17,5	106
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,35	2,7	0,2	17,6	83
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,66	2	0,3	12,7	61
Итого				44,22	17,8	18,8	83,1	576
Обед								
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	80	7,10	2,2	4,1	2,1	54
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	16,47	2,2	5,8	13,2	116
2012	250	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ	200	50,07	15,9	10,7	23	253
2008	411	КИСЕЛЬ	200	5,36	0,1	0,1	27,9	113
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,37	3,7	0,3	24,3	115
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,21	2,6	0,4	17	82
Итого				84,58	26,7	21,4	107,5	733
Полдник								
2021	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	115/35	30,41	23	16,5	31,9	374
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	200	17,16	5,6	5	9	113
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	14,49	0,4	0,4	9,8	47
Итого				62,06	29	21,9	50,7	534
Всего				190,86	73,5	62,1	241,3	1843

Повар

А.А. Звонков

(_____)