

**МЕНЮ**

" 18 " 04 2022 г.

12-18 лет**6 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								
2021	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	160/40	60,03	28,3	14,5	25,8	354
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	9,38	4,9	4,5	0,3	61
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	25,48	1	0,2	19,6	83
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	5,28	3	3,9	29,8	167
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,54	3	0,2	19,5	92
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,66	2	0,3	12,7	61
Итого				104,37	42,2	23,6	107,7	818
Обед								
2011	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	17,56	2,8	2,8	20,2	118
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	77,41	19	21,3	20,3	348
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,77	0,4		10,5	44
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	4,57	3	3,9	29,8	167
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,66	4,5	0,4	29,2	138
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,66	3,3	0,4	21,2	102
Итого				107,63	33	28,8	131,2	917
Полдник								
2022	5т	ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО СМЕТАНОЙ	190/10	58,64	19,9	15,8	36,2	371
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	220	18,13	6,2	5,5	9,9	124
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	17,03	0,4	0,4	9,8	47
Итого				93,80	26,5	21,7	55,9	542
Всего				305,80	101,7	74,1	294,8	2277

Повар _____

