

МЕНЮ

" 25 " апреля 2022 г.

12-18 лет

8 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
			20	10,40	4,6	5,9		73
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)						
2011	175	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	250	22,62	7,2	13,2	40	308
2021	11	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	10,86	3,4	2,4	17,5	106
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,30	3,8	0,3	25,1	118
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,76	2	0,3	12,7	61
				48,94	21	22,1	95,3	666
Итого								
Обед								
2008		МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	100	11,09	1,3	0,1	6,9	35
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	19,29	2,2	5,8	13,2	116
2022	4т	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ С ЛУКОМ	100	25,01	9	4,6	8,9	117
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	26,69	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
				95,72	24,2	17,6	133	795
Итого								
Полдник								
2021	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	160/40	35,91	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	17,03	0,4	0,4	9,8	47
				72,40	38,2	28	60,9	668
Итого								
Всего								
				217,06	83,4	67,7	289,2	2129

Повар _____