

ИП Орлов А.О.

Согласовано

Директор школы № 45

МЕНЮ

" 11 " мая 2022 г.

0133

7-11 лет

3 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	55	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	60	9,71	0,9	3,6	3,9	53
2022	9т	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	90	37,13	12,7	18	3,2	225
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	27,65	3,2	5,2	21,4	145
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,47	0,2		10,1	41
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,98	2,3	0,2	15,1	71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,18	1,3	0,2	8,5	41
Итого				79,12	20,6	27,2	62,2	576
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (СВЕЖИЕ, СОЛЕННЫЕ) ПО СЕЗОНУ	60	4,55	0,5	0,1	1,5	8
2022	4т	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И ТОМАТОМ	250	15,86	2,8	2,9	24	133
2022	6т	ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО СМЕТАНОЙ	200/14	89,55	24	19	43,6	450
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,22			9,7	39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,30	3,7	0,3	24,3	115
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,06	2,3	0,3	14,8	71
Итого				118,54	33,3	22,6	117,9	816
Полдник								
2011	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	31,70	9,4	7,5	7,3	138
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180	20,59	4,9	4,4	7,9	99
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	21,23	0,4	0,4	9,8	47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	1,5	0,1	10	47
Итого				74,84	16,2	12,4	35	331
Всего				272,50	70,1	62,2	215,1	1723

Повар _____