

Согласовано

Директор школы № 45

ИП Орлов А.О.

МЕНЮ" 29 " апреля 2022 г.

12-18 лет

5 день		Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
Сборник рецептур	№ техн. карты				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
			20	10,40	4,6	5,9		73
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)						346
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА	250	25,26	7,1	12,9	50,2	
2021	12	КАКАО С МОЛОКОМ	200	9,50	3,8	3	14,8	102
2008		ПРЯНИКИ	30	3,69	1,8	1,4	22,5	110
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,30	3,8	0,3	25,1	118
Итого				52,15	21,1	23,5	112,6	749
Обед								
2008		МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	100	11,09	1,3	0,1	6,9	35
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	15,99	6,4	4,5	18,5	140
2021	24	БИТОЧКИ ОСОБЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	70/40	33,81	10,7	22	10,9	284
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	200	8,80	7,2	8,4	46,1	289
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,67			9,7	39
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
Итого				79,98	33,4	35,8	142,5	1027
Полдник								
2021	15	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ ОТВАРНЫЕ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	160/40	33,70	26,4	21	40,3	460
2021	11	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	7,28	3,4	2,4	17,5	106
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	17,03	0,4	0,4	9,8	47
Итого				58,01	30,2	23,8	67,6	613
Всего				190,14	84,7	83,1	322,7	2389

Повар _____

