

ИП Орлов А.О.



МЕНЮ

" 25 " апрель 2022 г.

7-11 лет

1 день

1 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								
			15	8,34	3,5	4,4		55
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	150	39,74	11,5	22,1	9,1	281
2012	219	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	200/10	1,53	0,2		10,1	41
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ						
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	18,32	0,4	0,4	9,8	47
			35	2,32	2,7	0,2	17,6	83
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,89	1	0,1	6,4	31
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ						
				71,14	19,3	27,2	53	538
Итого								
Обед								
			60	9,22	1	4	5	62
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	250	19,24	2,2	5,8	13,2	116
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	90	24,75	8,9	8,8	5,8	138
2008	61	ЖАРЕНАЯ РЫБА ПОД МАРИНАДОМ	150	23,32	3,2	5,2	21,4	145
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	3,67			9,7	39
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	50	3,30	3,7	0,3	24,3	115
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,35	2,6	0,4	17	82
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ						
				85,85	21,6	24,5	96,4	697
Итого								
Полдник								
			115/35	29,88	24,5	19,2	34,3	412
2021	5	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	180	10,08	5,3	4,6	8,8	99
2011	385	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ						
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	18,32	0,4	0,4	9,8	47
				58,28	30,2	24,2	52,9	558
Итого				215,27	71,1	75,9	202,3	1793
Всего								

Повар _____