

Утверждаю



Директор школы № 45

М.А. Стегно

МЕНЮ**" 28 " января 2025 г.****12-18 лет****7 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								
2008		ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ	100		1,17	0,17	3,83	21,30
2011		ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	90/30		11,00	11,16	15,52	239,41
2021		КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180		3,82	5,10	23,74	156,80
		СОК	200		1,00	0,00	20,20	92,00
		ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,04	0,32	19,68	93,76
		РЖАНОЙ	30		1,98	0,36	11,88	51,24
Итого					22,01	17,11	94,85	654,51
Обед								
2011		САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЧЕРНОСЛИВОМ	80		0,90	0,10	12,90	75,73
2011		СУП С КРУПОЙ И МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/25		3,06	5,64	10,41	148,50
2011		СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ ОЛОКОМ	220		20,08	23,70	34,21	444,40
2021		КОМПОТ И СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,30	0,00	17,18	69,65
2008		ПШЕНИЧНЫЙ	55		3,04	0,32	19,68	128,92
2008		РЖАНОЙ	36		1,98	0,36	11,88	61,49
Итого					29,36	30,12	106,26	928,69
Полдник								
2011	3	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120		5,96	7,80	7,68	154,08
2022	83	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200		4,82	4,82	13,76	106,33
2022	83	ПШЕНИЧНЫЙ	24		0,16	0,16	9,50	41,00
2022	83	РЖАНОЙ	20		1,52	1,52	9,84	46,88
Итого					12,46	14,30	40,78	348,29
Всего					63,83	61,53	241,89	1 931,49

Повар

Т.М. Семененко

()