

ИП Орлов А.О.



МЕНЮ
" 19 " мая 2022 г.

12-18 лет

9 день

9 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								
2011	2	БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	60	10,52	2,6	4,7	30,8	176
2022	5т	ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО СМЕТАНОЙ	190/10	82,63	21,3	16,8	38,7	395
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	22,13	0,4	0,4	9,8	47
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,44	0,4		10,5	44
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,89	1	0,1	6,4	31
Итого				117,61	25,7	22	96,2	693
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (СВЕЖИЕ, СОЛЕННЫЕ) ПО СЕЗОНУ	100	7,58	0,8	0,1	2,5	14
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	14,63	4	5,3	23	157
2011	289	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	38,81	17,2	21,7	18,8	340
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,51	0,4		10,5	44
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				69,15	30,2	27,9	105,2	795
Полдник								
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	13,40	7	8,9		109
2011	385	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	10,81	5,9	5,1	9,8	111
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	16,81	0,4	0,4	9,8	47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,98	2,2	0,2	14,6	69
Итого				43,00	15,5	14,6	34,2	336
Всего				229,76	71,4	64,5	235,6	1824

Повар _____ (_____)