



МЕНЮ

« 31 » *января* 2022 г.

12-18 лет

5 день

день

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	17,70	4,6	5,9		73
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА	250	22,05	7,1	12,9	50,2	346
2021	12	КАКАО С МОЛОКОМ	200	8,18	3,8	3	14,8	102
2008		ПРЯНИКИ	30	2,81	1,8	1,4	22,5	110
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,37	3,8	0,3	25,1	118
Итого				54,11	21,1	23,5	112,6	749
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	7,91	1,9	8,9	7,7	119
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	300	14,80	7,7	5,4	22,3	169
2021	24	БИТОЧКИ ОСОБЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	70/40	39,54	10,7	21,8	10,9	283
2011	171.4	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕНИЧНАЯ	230	11,81	9,7	12,7	57	381
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,94			9,7	39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,88	4,5	0,4	29,2	138
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,66	3,3	0,4	21,2	102
Итого				83,54	37,8	49,6	158	1231
Полдник								
2021	15	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ ОТВАРНЫЕ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	160/40	35,14	26,4	21	40,3	461
2021	11	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,23	3,4	2,4	17,5	106
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	14,49	0,4	0,4	9,8	47
Итого				55,86	30,2	23,8	67,6	614
Всего				193,51	89,1	96,9	338,2	2594

Повар