

ИП Орлов А.О.



МЕНЮ

" 12 " мая 2022 г.

7-11 лет

4 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	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (СВЕЖИЕ, СОЛЕННЫЕ) ПО СЕЗОНУ	60	4,55	0,5	0,1	1,5	8
2021	19	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	60/40	28,34	8,4	14,4	7	190
2021	3	РИС С ОВОЩАМИ	100	8,26	2,1	2,8	21,1	119
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	29,90	1	0,2	19,6	83
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	1,5	0,1	10	47
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,18	1,3	0,2	8,5	41
Итого				73,55	14,8	17,8	67,7	488
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	6,51	1,1	5,3	4,6	71
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	13,98	4	5,3	23	157
2011	260	ГУЛЯШ	90	59,54	13,4	16,4	3,4	215
2011	171.4	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕНИЧНАЯ	150	10,39	6,3	8,3	37,2	249
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180	13,10	5,2	4,5	7,2	95
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,30	3,7	0,3	24,3	115
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,06	2,3	0,3	14,8	71
Итого				108,88	36	40,4	114,5	973
Полдник								
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	90	54,61	12,1	8,5	4,6	162
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	31,45	2,9	4,8	23,8	150
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180	20,59	5	4,5	8,1	102
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	1,5	0,1	10	47
Итого				107,97	21,5	17,9	46,5	461
Всего				290,40	72,3	76,1	228,7	1922

Повар _____ (_____)