

ИП Орлов А.О.

Согласовано

Директор школы № 45

М.И. Орлов

МЕНЮ

"16" февраля 2022 г.

12-18 лет

8 день

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	18,55	4,6	5,9		73
2011	175	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	250	19,52	7,2	13,2	40	308
2021	11	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	9,83	3,4	2,4	17,5	106
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,18	3,8	0,3	25,1	118
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,66	2	0,3	12,7	61
Итого				52,74	21	22,1	95,3	666
Обед								
2008		МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	100	11,09	1,3	0,1	6,9	35
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	17,39	2,2	5,8	13,2	116
2022	4т	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ С ЛУКОМ	100	23,02	7,8	8	9,3	143
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	25,52	3,8	6,2	25,7	174
2008	411	КИСЕЛЬ	200	5,39	0,1	0,1	27,9	113
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,66	4,5	0,4	29,2	138
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,66	3,3	0,4	21,2	102
Итого				88,73	23	21	133,4	821
Полдник								
2021	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	160/40	38,87	31,6	22,1	41,2	497
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	220	21,65	6,2	5,5	9,9	124
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	16,05	0,4	0,4	9,8	47
Итого				76,57	38,2	28	60,9	668
Всего				218,04	82,2	71,1	289,6	2155

Повар

Орлов