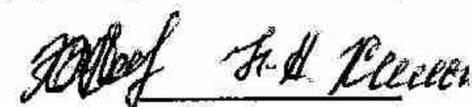


Согласовано

ИП Орлов А.О.

Директор школы № 45

**МЕНЮ**

" 8 " февраля 2022 г.

**12-18 лет****2 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	
<b>Завтрак</b>								
2008		МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	100	11,09	1	0,1	5,5	28
2022	2т	КОТЛЕТА "ЗДОРОВЬЕ" С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	70/30	51,56	11,4	17,1	6,8	225
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	8,06	6,9	7,6	44,1	273
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	19,71	1	0,2	19,6	83
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,91	2,2	0,2	14,6	69
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	1,7	0,2	10,6	51
<b>Итого</b>				<b>93,71</b>	<b>24,2</b>	<b>25,4</b>	<b>101,2</b>	<b>729</b>
<b>Обед</b>								
2011	55	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	100	13,77	1,5	6,1	6,6	88
2011	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	14,09	2,8	2,8	20,2	118
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	230	40,25	23,9	30,6	41,7	538
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,21	0,4		10,5	44
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
<b>Итого</b>				<b>75,64</b>	<b>36,4</b>	<b>40,3</b>	<b>129,4</b>	<b>1028</b>
<b>Полдник</b>								
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,03	4,9	4,5	0,3	61
2021	12	КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,90	3,8	3	14,8	102
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	16,05	0,4	0,4	9,8	47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,91	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>32,89</b>	<b>11,3</b>	<b>8,1</b>	<b>39,5</b>	<b>279</b>
<b>Всего</b>				<b>202,24</b>	<b>71,9</b>	<b>73,8</b>	<b>270,1</b>	<b>2036</b>

Повар

