ИП Орлов А.О.

Согласовано

Директор школы № 176

МЕНЮ

"14" 09 2022 г.

7-11 лет

3 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,6	8,6	7,5	128
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА	215	6,1	11,2	43,3	298
2008		ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	110
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		10,1	41
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47
Итого				**14,2**	**21,3**	**93,4**	**624**
Обед							
2022	82	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ МОРКОВЬ НАРЕЗАННАЯ (МОРКОВНЫЕ ПАЛОЧКИ)	60	0,8	0,1	4,1	21
2011	106	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	10,2	3,5	18,6	148
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	170	13,6	20,1	28,3	350
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого				**30,9**	**24,4**	**102**	**755**
Полдник							
2011	428	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	50	4,4	1,7	30,1	152
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		10,1	41
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (БАНАН)	120	1,8	0,6	25,2	115
Итого				**6,4**	**2,3**	**65,4**	**308**
Всего				**51,5**	**48**	**260,8**	**1687**

Повар _____ (Лисенковецкая)