



Директор школы №45

И.А. Стегно/

**МЕНЮ**

" 3 " апреля 2024 г.

**7-11 лет****8 день**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                              | Выход | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------|-------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                 |       |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                                 |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                               | 35    | 21,02         | 4,10              | 6,10    | 10,60            | 114,00                                   |
| 2011                          | 175                 | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ<br>РИСА И ПШЕНА         | 200   | 22,99         | 5,70              | 10,60   | 32,00            | 247,00                                   |
| 2008                          |                     | ПРЯНИКИ                                         | 40    | 12,53         | 2,40              | 1,90    | 30,00            | 146,00                                   |
| 2021                          | 8                   | ЧАЙ С САХАРОМ                                   | 200   | 1,40          | 0,20              | 0,00    | 10,10            | 41,00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                  | 25    | 1,90          | 1,90              | 0,20    | 12,60            | 59,00                                    |
| Итого                         |                     |                                                 |       | 59,84         | 14,30             | 18,80   | 95,30            | 607,00                                   |
| Обед                          |                     |                                                 |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2023                          | 103                 | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                       | 100   | 10,21         | 1,60              | 5,10    | 5,30             | 76,00                                    |
| 2011                          | 102                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>БОБОВЫМИ                  | 250   | 10,36         | 5,70              | 5,40    | 18,90            | 147,00                                   |
| 2005                          | 240                 | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5) | 95    | 38,18         | 12,80             | 5,90    | 8,70             | 140,00                                   |
| 2011                          | 145                 | КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С<br>ЛУКОМ                  | 150   | 18,29         | 3,30              | 10,60   | 22,90            | 205,00                                   |
| 2008                          | 411                 | КИСЕЛЬ                                          | 200   | 6,15          | 0,10              | 0,10    | 27,90            | 113,00                                   |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                  | 50    | 3,78          | 3,80              | 0,30    | 25,10            | 118,00                                   |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 30    | 1,98          | 2,00              | 0,30    | 12,70            | 61,00                                    |
| Итого                         |                     |                                                 |       | 88,95         | 29,30             | 27,70   | 121,50           | 860,00                                   |
| Полдник                       |                     |                                                 |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2023                          | 63                  | СЛОЙКА С КЛЮКВОЙ                                | 70    | 42,98         | 3,70              | 10,20   | 19,00            | 207,00                                   |
| 2011                          | 386                 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ<br>(ЙОГУРТ)               | 180   | 21,53         | 5,00              | 4,50    | 8,10             | 102,00                                   |
| 2011                          | 338                 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ВИНОГРАД)                        | 100   | 41,31         | 0,60              | 0,60    | 15,40            | 72,00                                    |
| Итого                         |                     |                                                 |       | 105,82        | 9,30              | 15,30   | 42,50            | 381,00                                   |
| Всего                         |                     |                                                 |       | 254,61        | 52,90             | 61,80   | 259,30           | 1 848,00                                 |

Повар

(Т. М. Семененко)