

МЕНЮ

" 13 " августа 2022 г.

7-11 лет

3 день

3 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	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	12,65	1	4	5	62
2022	9т	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	90	28,67	12,7	18	3,2	225
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	33,18	3,3	5,5	22,8	155
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,76	0,2		10,1	41
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,91	2,3	0,2	15,1	71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,10	1,3	0,2	8,5	41
				79,27	20,8	27,9	64,7	595
Итого								
Обед								
2012	22	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	60	7,48	0,8	4,1	5,2	62
2022	4т	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И ТОМАТОМ	250	18,27	2,8	2,9	24	133
2022	6т	ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО СМЕТАНОЙ	200/14	80,51	24	19	43,6	450
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,85			9,7	39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,18	3,7	0,3	24,3	115
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,93	2,3	0,3	14,8	71
				115,22	33,6	26,6	121,6	870
Итого								
Полдник								
2011	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	21,84	9,4	7,5	7,3	138
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180	19,19	4,9	4,4	7,9	99
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	18,32	0,4	0,4	9,8	47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,27	1,5	0,1	10	47
				60,62	16,2	12,4	35	331
Итого				255,11	70,6	66,9	221,3	1796
Всего								

Повар

