



МЕНЮ

« 20 » августа 2021 г.

9 день

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	
Завтрак								
2011	2	БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	55	7,88	2,4	4,3	28,3	162
2011	1	ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ	150	75,87	17,7	12,8	32,3	316
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	11,13	0,4	0,4	9,8	47
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,11	0,2		10,1	41
Итого				95,99	20,7	17,5	80,5	566
Обед								
2011	98	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	250	8,63	1,8	5,1	10,3	95
2011	289	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	42,27	17,2	21,8	18,8	341
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,76	0,2		10,1	41
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,58	3,7	0,3	24,3	115
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,65	2,6	0,4	17	82
Итого				55,89	25,5	27,6	80,5	674
Полдник								
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150	26,34	9,9	12,3	28,7	266
2011	385	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	12,26	5,3	4,6	8,8	99
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	11,13	0,4	0,4	9,8	47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,80	2,2	0,2	14,6	69
Итого				51,53	17,8	17,5	61,9	481
Всего				203,41	64	62,6	222,9	1721

Повар