

ИП Орлов А.О.

Согласовано

Директор школы №

МЕНЮ

" 5 " 09 2022 г.

12-18 лет

6 день

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,6	8,6	7,5	128
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61
2011	175	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	250	7,2	13,2	40	308
2021	11	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,4	2,4	18,5	110
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95
Итого				23,2	28,9	86,4	702
Обед							
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	1,9	8,9	7,7	119
2011	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,8	2,8	20,2	118
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	19	21,3	20,2	348
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	0,4	0,4	9,8	47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	29,2	138
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	122
Итого				32,6	34,3	122,2	931
Полдник							
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	110	17,3	15,5	4,2	224
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР)	220	6,4	5,5	8,8	117
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59
Итого				25,6	21,2	25,5	400
Всего				81,4	84,4	234,1	2033

Повар

Ф.И.

(*В.И.И.И.И.И.И.*)