

МЕНЮ

"20" сентября 2022 г.

12-18 лет

7 день

Сбор-ник рецен-тип	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	

Завтрак								
2012	22	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	100	11,97	1,4	5,2	8,8	89
2022	10т	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	100	44,21	14,1	19,7	3,2	245
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	140	9,24	5,3	5,9	34	211
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	31,20	1	0,2	19,6	83
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,73	2,2	0,2	14,6	69
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,60	1,7	0,2	10,6	51
Обед								
2022	82	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ МОРКОВЬ ПАЛОЧКИ)	100	6,25	1,3	0,1	6,9	35
2022	4т	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПЮ И ТОМАТОМ	250	9,21	3	4	24,2	147
2022	2т	КОТЛЕТА "ЗДОРОВЬЕ" С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	51,83	11,8	17,8	7,1	235
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	15,60	9,9	11,6	44,3	321
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ)	200	18,58	5,6	5	9	113
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,02	3	0,2	19,5	92
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,80	3,3	0,4	21,2	102
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ	50	4,88	3	2,4	37,5	183
2022	83	МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	200	32,50	5,6	4,9	9,3	105
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АЛЕРСИН)	200	41,80	1,8	0,4	16,2	86
Итого								
				285,42	74	78,2	286	2167

Повар *Васильев*

