

ИП Пономаренко Р.А.

Утверждаю

Директор школы № 3



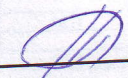
# МЕНЮ

" 16 " ноября 2022 г.

7-11 лет

3 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
			15	9,70	3,5	4,4		55
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	6,38	0,1	8,3	0,1	75
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)						
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА	235	20,96	6,6	12,2	47,3	326
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,13	0,2		10,1	41
2022	101	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	50	5,00	6	1,5	26	140
				<b>43,17</b>	<b>16,4</b>	<b>26,4</b>	<b>83,5</b>	<b>637</b>
<b>Итого</b>								
<b>Обед</b>								
2022	82	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ МОРКОВЬ НАРЕЗАННАЯ (МОРКОВНЫЕ ПАЛОЧКИ)	60	6,75	0,8	0,1	4,1	21
2011	106	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	25,74	10,2	3,5	18,6	148
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	170	67,52	13,1	20,1	25,9	338
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,59			9,7	39
2022	101	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	90	9,00	10,8	2,7	46,8	252
				<b>111,60</b>	<b>34,9</b>	<b>26,4</b>	<b>105,1</b>	<b>798</b>
<b>Итого</b>				<b>154,77</b>	<b>51,3</b>	<b>52,8</b>	<b>188,6</b>	<b>1435</b>
<b>Всего</b>								

Повар Щоцкова (  )