



МЕНЮ

" 19 " декабря 2022 г.

7-11 лет

6 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
								55
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	9,70	3,5	4,4		75
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	6,38	0,1	8,3	0,1	61
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	7,90	4,9	4,5	0,3	265
2011	175	КАША вязкая молочная из риса и пшена	215	18,47	6,1	11,3	34,6	110
2021	11	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	12,00	3,4	2,4	18,5	84
2022	101	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	30	3,00	3,6	0,9	15,6	650
Итого				57,45	21,6	31,8	69,1	
Обед								
								71
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	5,23	1,1	5,3	4,6	117
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	14,12	3,6	2,9	19,2	296
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	82,53	16,1	18	17,2	39
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,54			9,7	47
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	12,64	0,4	0,4	9,8	224
2022	101	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	80	8,00	9,6	2,4	41,6	794
Итого				125,06	30,8	29	102,1	1444
Всего				182,51	52,4	60,8	171,2	

Повар

Тарасова ()