

ИП Пономаренко Р.А.



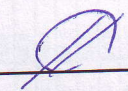
МЕНЮ

" 22 " декабря 2022 г.

7-11 лет

9 день

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	6,18	1,1	5,3	4,6	71
2022	48	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	78,10	10,1	17,6	1,3	205
2021	3	РИС С ОВОЩАМИ	150	9,56	3,4	4,3	31,6	179
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	24,00	1	0,2	19,6	83
2022	101	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	35	3,50	4,2	1,1	18,2	98
Итого				121,34	19,8	28,5	75,3	636
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60	5,34	0,5	0,1	1,5	8
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	14,12	3,6	2,9	19,2	117
2011	289	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	190	32,88	16,1	20,7	17,1	320
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,07	0,2		10,1	41
2022	101	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	90	9,00	10,8	2,7	46,8	252
Итого				62,41	31,2	26,4	94,7	738
Всего				183,75	51	54,9	170	1374

Повар Шарасова ()