



## МЕНЮ

" 19 " сентября 2023 г.

7-11 лет

9 день

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
<b>Завтрак</b>								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	6,63	1,1	5,3	4,6	71
2022	48	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	72,44	10,1	17,6	1,3	205
2021	3	РИС С ОВОЩАМИ	150	13,12	3,4	4,3	31,6	179
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	24,70	1	0,2	19,6	83
2022	101	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	35	3,50	4,2	1,1	18,2	98
<b>Итого</b>				<b>120,39</b>	<b>19,8</b>	<b>28,5</b>	<b>75,3</b>	<b>636</b>
<b>Обед</b>								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60	7,28	0,5	0,1	1,5	8
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	16,06	3,6	2,9	19,2	117
2011	289	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	190	53,07	16,1	20,7	17,1	320
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,25	0,2		10,1	41
2022	101	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	90	9,00	10,8	2,7	46,8	252
<b>Итого</b>				<b>86,66</b>	<b>31,2</b>	<b>26,4</b>	<b>94,7</b>	<b>738</b>
<b>Всего</b>				<b>207,05</b>	<b>51</b>	<b>54,9</b>	<b>170</b>	<b>1374</b>

Повар Щожаева (  )