



МЕНЮ

" 7 " Март 2023 г.

7-11 лет

2 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	55	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	60	8,30	0,9	3,6	3,9	53
2008	284	ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)	90	55,10	7,8	13,5	6,4	178
2008	181	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,96	6,6	6,6	37,7	236
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	24,70	1	0,2	19,6	83
2022	101	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	30	3,00	3,6	0,9	15,6	84
Итого				98,06	19,9	24,8	83,2	634
Обед								
2012	22	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	60	8,29	0,8	4,1	5,2	62
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	15,67	2,2	5,8	13,2	116
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	170	54,00	17,7	22,7	30,8	397
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
Итого				88,21	31,7	35,3	106,1	868
Всего				186,27	51,6	60,1	189,3	1502

Повар

(Паросова)