



МЕНЮ

" 4 " *Апрель* 2023 г.

12-18 лет

2 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	9,14	1,9	8,9	7,7	119
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (100/5)	105	66,03	12,9	23,4	9,5	299
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	12,11	6,5	7,6	41,5	260
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	28,80	1	0,2	19,6	83
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,44	1,9	0,2	12,5	59
Итого				117,52	24,2	40,3	90,8	820
Обед								
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	8,34	1,5	6,1	8,2	93
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	12,12	4	5,3	23	157
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	54,78	16,9	10,5	35,7	305
2021	8/1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,18	0,4		10,5	44
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	14,49	0,4	0,4	9,8	47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,46	4,6	0,4	30,1	142
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	3,68	4	0,5	25,4	122
Итого				98,05	31,8	23,2	142,7	910
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ	20	2,51	1,2	0,9	15	73
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	15,53	4,6	5,9		73
2022	83	МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	200	35,75	5,6	4,9	9,3	105
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ВИНОГРАД)	120	35,82	0,7	0,7	18,5	86
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,33	1,7	0,2	10,6	51
Итого				90,94	13,8	12,6	53,4	388
Всего				306,51	69,8	76,1	286,9	2118

Повар

Парасова