

Утверждаю

ИП Пономаренко Р.А.

Директор школы



# МЕНЮ

" 6 " Апрель 2023 г.

7-11 лет

4 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>								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60	7,28	0,5	0,1	1,5	8
2005	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5)	95	54,20	14,4	15,2	2,1	202
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	28,57	3,2	5,2	21,4	145
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	28,80	1	0,2	19,6	83
2022	101	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	50	2,50	6	1,5	26	140
<b>Итого</b>				<b>121,35</b>	<b>25,1</b>	<b>22,2</b>	<b>70,6</b>	<b>578</b>
<b>Обед</b>								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	6,85	1,1	5,3	4,6	71
2011	113	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250	3,39	0,7	5,5	0,8	56
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	90	65,30	20,9	21	0,4	274
2011	331	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №331	30	1,76	0,5	1,1	2,5	26
2021	3	РИС С ОВОЩАМИ	150	10,14	3,4	4,3	31,6	179
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,25	0,2		10,1	41
2022	101	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	80	4,00	9,6	2,4	41,6	224
<b>Итого</b>				<b>92,69</b>	<b>36,4</b>	<b>39,6</b>	<b>91,6</b>	<b>871</b>
<b>Всего</b>				<b>214,04</b>	<b>61,5</b>	<b>61,8</b>	<b>162,2</b>	<b>1449</b>

Повар Варасовос ( )