



Директор школы № 3

## МЕНЮ

" 10 " Апреля 2023 г.

12-18 лет

6 день

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2005	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	35,6	24,7	23,2	467
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	40	2,8	3,3	21,5	127
2021	8/1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,4		10,5	44
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	0,4	0,4	9,8	47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95
<b>Итого</b>				<b>42,3</b>	<b>28,6</b>	<b>85,1</b>	<b>780</b>
Цена за единицу услуги "завтрак" - 105,00 руб.							
<b>Обед</b>							
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	1,9	8,9	7,7	119
2011	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,8	2,8	20,2	118
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	230	21,3	23,8	16,1	388
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,6	0,4	30,1	142
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	122
<b>Итого</b>				<b>34,6</b>	<b>36,4</b>	<b>109,2</b>	<b>928</b>
Цена за единицу услуги "обед" - 120,00 руб.							
<b>Полдник</b>							
2023	55/1	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ И ИЗЮМОМ	140	23,7	18,4	37,5	414
2008		ПРЯНИКИ	20	1,2	0,9	15	73
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ)	200	5,6	5	9	113
<b>Итого</b>				<b>30,5</b>	<b>24,3</b>	<b>61,5</b>	<b>600</b>
Цена за единицу услуги "полдник" - 76,00 руб.							
<b>Всего</b>				<b>107,4</b>	<b>89,3</b>	<b>255,8</b>	<b>2308</b>

Повар

Шарасова

( )