

ИП Пономаренко Р.А.

Утверждаю



Директор школы № 3

МЕНЮ

" 17 " Апрель 2023 г.

7-11 лет

1 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
			150	25,9	18,5	9,3	314
2005	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	30	2,1	2,5	16,2	95
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	200	4,3	3,3	15	108
2021	12	КАКАО С МОЛОКОМ	100	0,4	0,4	9,8	47
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	20	2,4	0,6	10,4	56
2022	101	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ		35,1	25,3	60,7	620
Итого							
Цена за единицу услуги "завтрак" - 95,00 руб.							
Обед							
			60	0,7	0,1	2,3	14
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	250	2,2	5,8	13,2	116
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	90	13,2	15,5	2,1	200
2011	260	ГУЛЯШ	150	3,2	5,2	21,4	145
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200			9,7	39
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	90	10,8	2,7	46,8	252
2022	101	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ		30,1	29,3	95,5	766
Итого							
Цена за единицу услуги "обед" - 110,00 руб.							
Всего				65,2	54,6	156,2	1386

Повар Валясова (В)