



Директор школы № 3

МЕНЮ

" 18 " Апрель 2023 г.

12-18 лет

2 день

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	1,9	8,9	7,7	119
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (100/5)	105	12,9	23,4	9,5	299
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	6,5	7,6	41,5	260
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	19,6	83
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59
Итого				24,2	40,3	90,8	820
Цена за единицу услуги "завтрак" - 105,00 руб.							
Обед							
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,5	6,1	8,2	93
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	4	5,3	23	157
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	16,9	10,5	35,7	305
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	60	4,6	0,4	30,1	142
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	122
Итого				31,8	23,2	142,7	910
Цена за единицу услуги "обед" - 120,00 руб.							
Полдник							
2008		ПРЯНИКИ	20	1,2	0,9	15	73
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,6	5,9		73
2022	83	МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	200	5,6	4,9	9,3	105
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ВИНОГРАД)	120	0,7	0,7	18,5	86
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
Итого				13,8	12,6	53,4	388
Цена за единицу услуги "полдник" - 76,00 руб.							
Всего				69,8	76,1	286,9	2118

Повар Тарасова (Т)