ИП Пономаренко Р.А.

Утверждаю

Директор школы № 3

МЕНЮ

"28" Апреля 2023 г.

12-18 лет

10 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,5	6,1	8,2	93
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
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
Итого				**23,2**	**17**	**83**	**578**
Цена за единицу услуги "завтрак" - 105,00 руб.							
Обед							
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	100	1,1	0,2	3,8	24
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,2	5,8	13,2	116
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	50	3,8	0,3	25,1	118
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого				**29,5**	**37,8**	**125,4**	**961**
Цена за единицу услуги "обед" - 120,00 руб.							
Полдник							
2023	59/1	ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	11,5	11,8	27,5	262
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ)	200	5,6	5	9	113
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУША)	100	0,4	0,3	10,3	47
Итого				**17,5**	**17,1**	**46,8**	**422**
Цена за единицу услуги "полдник" - 76,00руб.							
Всего				**70,2**	**71,9**	**255,2**	**1961**

Повар Тарасова ( )