

ИП Пономаренко Р.А.

Утверждаю

Директор школы № 3



МЕНЮ

" 2 " Июль 2023 г.

7-11 лет

2 день

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|---------------|--|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 60 | 1,1 | 5,3 | 4,6 | 71 |
| 2011 | 271 | КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5) | 95 | 10,3 | 21,4 | 0,2 | 235 |
| 2011 | 171.4 | КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ | 150 | 6,3 | 9,1 | 38,5 | 261 |
| 2011 | 389 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 1 | 0,2 | 19,6 | 83 |
| 2022 | 101 | ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ | 50 | 6 | 1,5 | 26 | 140 |
| | | | | 24,7 | 37,5 | 88,9 | 790 |
| Итого | | | | | | | |
| Цена за единицу услуги "завтрак" - 95,00 руб. | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | |
| 2011 | 52 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ | 60 | 0,9 | 3,7 | 4,9 | 56 |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 250 | 3,6 | 2,9 | 19,2 | 117 |
| 2011 | 291 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 170 | 17,7 | 22,7 | 30,8 | 397 |
| 2021 | 8 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,2 | | 10,1 | 41 |
| 2011 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| 2022 | 101 | ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ | 80 | 9,6 | 2,4 | 41,6 | 224 |
| | | | | 32,4 | 32,1 | 116,4 | 882 |
| Итого | | | | | | | |
| Цена за единицу услуги "обед" - 110,00 руб. | | | | | | | |
| Всего | | | | 57,1 | 69,6 | 205,3 | 1672 |

Повар Парасова (Р)