

ИП Пономаренко Р.А.

Утверждаю

Директор школы № 3



МЕНЮ

" 3 " Мая 2023 г.

7-11 лет

3 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
			15	3,5	4,4		55
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	200	5,5	10,4	40,4	278
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА	200	0,2		10,1	41
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	75	9	2,3	39	210
2022	101	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ		18,3	25,4	89,6	659
Итого							
Цена за единицу услуги "завтрак" - 95,00 руб.							
Обед							
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60	0,5	0,1	1,5	8
2022	4	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И ТОМАТОМ	250	2,8	2,9	24	133
2017	284	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	170	19,4	27,5	21,9	412
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
2022	101	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	90	10,8	2,7	46,8	252
				33,5	33,2	103,9	844
Итого							
Цена за единицу услуги "обед" - 110,00 руб.							
Всего				51,8	58,6	193,5	1503

Повар Гарасова (В)