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							
2011	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4	6,1	10,5	114
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА	200	5,5	10,4	40,4	278
2008		ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	110
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		10,1	41
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83
Итого				14,2	18,1	101,1	626
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	18	14,7	21,8	381
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого				27,7	18,3	98,3	758
Цена за единицу услуги "обед" - 110,00 руб.							
Полдник							
2023	63	СЛОЙКА С КЛЮКВОЙ	70	3,5	10,1	18,9	204
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ)	180	5	4,5	8,1	102
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН)	100	0,9	0,2	8,1	43
Итого				9,4	14,8	35,1	349
Цена за единицу услуги "полдник" - 70,00 руб.							
Всего				51,3	51,2	234,5	1733

Повар Тарасова ( )