

ИП Пономаренко Р.А.

Утверждаю



Директор школы №3


МЕНЮ

" 4 " май 2023 г.

7-11 лет

4 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60	0,5	0,1	1,5	8
2005	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5)	95	14,4	15,2	2,1	202
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,2	21,4	145
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	19,6	83
2022	101	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	50	6	1,5	26	140
				25,1	22,2	70,6	578
Итого							
Цена за единицу услуги "завтрак" - 95,00 руб.							
Обед							
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,1	5,3	4,6	71
2011	113	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250	0,7	5,5	0,8	56
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	90	20,8	21	0,5	274
2011	331	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №331	30	0,5	1,1	2,5	26
2021	3	РИС С ОВОЩАМИ	150	3,4	4,3	31,6	179
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		10,1	41
2022	101	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	80	9,6	2,4	41,6	224
				36,3	39,6	91,7	871
Итого							
Цена за единицу услуги "обед" - 110,00 руб.							
Всего				61,4	61,8	162,3	1449

Повар Щеросовас ()