

Утверждаю

ИП Пономаренко Р.А.



Директор школы № 3

# МЕНЮ

" 11 " *сентябрь* 2023 г.

7-11 лет

9 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,1	5,3	4,6	71
2011	270	КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5)	95	9,8	16,6	0,1	189
2011	171.2	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	150	3,4	8,1	36,4	232
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	19,6	83
2022	101	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	50	6	1,5	26	140
<b>Итого</b>				<b>21,3</b>	<b>31,7</b>	<b>86,7</b>	<b>715</b>
Цена за единицу услуги "завтрак" - 95,00 руб.							
<b>Обед</b>							
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60	0,5	0,1	1,5	8
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	3,6	2,9	19,2	117
2011	289	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	170	14,5	18,5	15,2	286
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ)	180	5	4,5	8,1	102
2022	101	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	90	10,8	2,7	46,8	252
<b>Итого</b>				<b>34,4</b>	<b>28,7</b>	<b>90,8</b>	<b>765</b>
Цена за единицу услуги "обед" - 110,00 руб.							
<b>Всего</b>				<b>55,7</b>	<b>60,4</b>	<b>177,5</b>	<b>1480</b>

Повар Щарасовета ( Щ )