ИП Пономаренко Р.А.

Утверждаю

Дирекор школы № 3

МЕНЮ

"12" мая 2023 г.

7-11 лет

10 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,5	6,1	8,2	93
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	170	14,4	8,9	30,4	260
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		10,1	41
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого				19,6	15,4	71,4	502
Цена за единицу услуги "завтрак" - 95,00 руб.							
Обед							
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60	0,7	0,1	2,3	14
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,2	5,8	13,2	116
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5)	95	11,8	21,5	8,5	275
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	5,5	6,3	35,1	219
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	19,6	83
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
Итого				24,8	34,3	102,3	819
Цена за единицу услуги "обед" - 110,00 руб.							
Полдник							
2023	59	ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	150	8,4	8,6	19,4	189
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ)	180	5	4,5	8,1	102
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУША)	100	0,4	0,3	10,3	47
Итого				13,8	13,4	37,8	338
Цена за единицу услуги "полдник" - 70,00 руб.							
Всего				58,2	63,1	211,5	1659

Повар Тарасова ( )