

Утверждаю

ИП Пономаренко Р.А.



Директор школы № 3

МЕНЮ

"15" Июль

7-11 лет

1 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2005	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	26,8	18,6	15,5	343
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	2,1	2,5	16,2	95
2021	12	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,3	3,3	15	108
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	0,4	0,4	9,8	47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47
Итого				35,1	24,9	66,5	640
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	260	ГУЛЯШ	90	13,4	15,5	3,4	206
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,2	21,4	145
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого				25,9	27,3	92,1	720
Цена за единицу услуги "обед" - 110,00 руб.							
Полдник							
2023	55	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ И ИЗЮМОМ	100	16,8	12,6	26	286
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		10,1	41
Итого				17	12,6	36,1	327
Цена за единицу услуги "полдник" - 70,00 руб.							
Всего				78	64,8	194,7	1687

Повар

Парасова (с подписью)