ИП Пономаренко Р.А.

Утверждаю

Директор школы № 3

Авдиенко

МЕНЮ

"22" мая 2023 г.

12-18 лет

6 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	200	35,6	24,7	23,2	467
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	40	2,8	3,3	21,5	127
2021	8/1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,4		10,5	44
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	0,4	0,4	9,8	47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95
Итого				42,3	28,6	85,1	780
Цена за единицу услуги "завтрак" - 105,00 руб.							
Обед							
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	1,9	8,9	7,7	119
2011	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,8	2,8	20,2	118
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	230	21,3	23,8	16,1	388
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,6	0,4	30,1	142
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	122
Итого				34,6	36,4	109,2	928
Цена за единицу услуги "обед" - 120,00 руб.							
Полдник							
2023	55/1	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ И ИЗЮМОМ	140	23,7	18,4	37,5	414
2008		ПРЯНИКИ	20	1,2	0,9	15	73
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ)	200	5,6	5	9	113
Итого				30,5	24,3	61,5	600
Цена за единицу услуги "полдник" - 76,00 руб.							
Всего				107,4	89,3	255,8	2308

Повар Тарасова ( )