



Утверждаю

Директор школы № 3

МЕНЮ

" 12 " сентября 2023 г.

7-11 лет

2 день

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	7,18	1,10	5,30	4,60	55,00
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5)	95	72,31	11,70	21,50	8,60	275,00
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	13,43	5,50	5,80	30,50	195,00
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	28,80	1,00	0,20	20,20	86,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,22	1,50	0,10	10,00	47,00
Итого				122,94	20,80	32,90	73,90	658,00
Обед								
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	9,16	0,80	3,70	5,00	56,00
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	11,34	3,60	4,60	18,80	144,00
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	170	67,22	14,40	8,90	30,40	260,00
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,34	0,20	0,00	10,10	41,00
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	15,33	0,40	0,40	9,80	47,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,06	3,80	0,30	25,10	118,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,04	2,00	0,30	12,70	61,00
Итого				109,49	25,20	18,20	111,90	727,00
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ	30	3,35	1,80	1,40	22,50	110,00
2022	83	МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	200	35,75	5,60	4,90	9,30	105,00
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН)	100	30,24	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого				69,34	8,30	6,50	39,90	258,00
Всего				301,77	54,30	57,60	225,70	1 643,00

Повар

Тарасова И.Р.