


**МЕНЮ**

" 18 " сентября 2023 г.

7-11 лет

**6 день**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>								
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ	200	22,69	8,00	11,20	42,50	303,00
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	7,00	5,00	4,50	0,30	61,00
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
2022	101	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	30	1,50	3,60	0,90	15,60	84,00
<b>Итого</b>				<b>47,86</b>	<b>17,20</b>	<b>17,00</b>	<b>78,30</b>	<b>536,00</b>
<b>Обед</b>								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60	8,18	0,50	0,10	1,50	8,00
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	16,55	2,20	5,80	13,10	116,00
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	97,52	16,10	18,00	17,20	296,00
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,39	0,00	0,00	9,70	39,00
2022	101	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	80	4,00	9,80	2,40	41,60	224,00
<b>Итого</b>				<b>129,64</b>	<b>28,40</b>	<b>26,30</b>	<b>83,10</b>	<b>683,00</b>
<b>Всего</b>				<b>177,50</b>	<b>45,60</b>	<b>43,30</b>	<b>161,40</b>	<b>1 219,00</b>

Повар Иванова (  )