



Директор школы № 3

**МЕНЮ**" 22 " сентября 2023 г.

7-11 лет

**10 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	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	15,27	1,40	6,10	8,30	93,00
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	170	67,22	17,60	22,60	30,80	397,00
2021	11	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	10,61	3,40	2,40	17,50	106,00
2022	101	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	50	2,50	6,00	1,50	26,00	140,00
<b>Итого</b>				<b>95,60</b>	<b>28,40</b>	<b>32,60</b>	<b>82,60</b>	<b>736,00</b>
<b>Обед</b>								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60	9,09	0,70	0,10	2,30	14,00
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	17,53	3,60	2,90	19,20	117,00
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5)	95	72,12	10,30	21,40	0,20	234,00
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	15,28	8,20	9,70	37,00	268,00
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	28,80	1,00	0,20	20,20	86,00
2022	101	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	60	3,00	7,20	1,80	31,20	168,00
<b>Итого</b>				<b>145,82</b>	<b>31,00</b>	<b>36,10</b>	<b>110,10</b>	<b>887,00</b>
<b>Всего</b>				<b>241,42</b>	<b>59,40</b>	<b>68,70</b>	<b>192,70</b>	<b>1 623,00</b>

Повар