



МЕНЮ

"12" сентября 2024 г.

12-18 лет

9 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								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	100	22,22	0,80	0,10	2,50	14,00
2011	270	КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (100/5)	105	102,18	12,50	18,10	9,90	252,00
2023	51	КАША ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ	180	16,10	7,60	9,50	44,40	293,00
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	26,40	1,00	0,20	19,60	83,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,27	2,30	0,20	15,10	71,00
Итого				169,17	24,20	28,10	91,50	713,00
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	100	15,16	1,10	0,20	3,80	24,00
2022	4	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И ТОМАТОМ	250	13,02	3,00	2,80	24,10	137,00
2011	289	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	77,09	17,20	22,20	18,80	344,00
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ)	200	22,08	5,60	5,00	9,00	113,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	65	4,92	5,00	0,40	32,60	154,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	3,96	4,00	0,50	25,40	122,00
Итого				136,23	35,90	31,10	113,70	894,00
Полдник								
2011	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	55	27,45	6,40	9,60	16,60	179,00
2022	83	МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	200	31,20	5,60	4,90	9,30	105,00
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН)	100	23,14	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого				81,79	12,90	14,70	34,00	327,00
Всего				387,19	73,00	73,90	239,20	1 934,00

Повар Шенкаренко (Н.Н.Шенкаренко)