



МЕНЮ

"19" марта 2024 г.

12-18 лет

2 день

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	25,21	1,90	8,90	7,70	91,00
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (100/5)	105	75,45	12,90	23,30	9,50	299,00
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	19,93	6,60	7,60	41,90	262,00
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	26,40	1,00	0,20	19,60	83,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,02	3,10	0,30	20,10	95,00
Итого				150,01	25,50	40,30	98,80	830,00
Обед								
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	11,18	1,40	6,10	8,30	93,00
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	11,03	3,60	4,60	18,80	144,00
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	63,35	16,90	10,50	35,70	305,00
2021	8/1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,91	0,40	0,00	10,50	44,00
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	12,56	0,40	0,40	9,80	47,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,78	4,60	0,40	30,10	142,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	3,30	4,00	0,50	25,40	122,00
Итого				107,11	31,30	22,50	138,60	897,00
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ	20	6,51	1,20	0,90	15,00	73,00
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	20,71	4,60	5,90	0,00	73,00
2022	83	МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	200	33,80	5,60	4,90	9,30	105,00
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН)	100	27,77	0,90	0,20	8,10	43,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,64	1,70	0,20	10,60	51,00
Итого				90,43	14,00	12,10	43,00	345,00
Всего				347,55	70,80	74,90	280,40	2 072,00

Повар Шенкаренко (Н.Н.Шенкаренко)