

**МЕНЮ**

"22" марта 2024 г.

12-18 лет

5 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 | | | | | | | | |
| 2023 | 103 | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 100 | 9,82 | 1,60 | 5,10 | 5,30 | 76,00 |
| 2011 | 291 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 200 | 75,39 | 16,90 | 10,50 | 35,70 | 305,00 |
| 2021 | 10 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 3,44 | 0,00 | 0,00 | 9,70 | 39,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,02 | 3,10 | 0,30 | 20,10 | 95,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,32 | 1,30 | 0,20 | 8,50 | 41,00 |
| Итого | | | | 92,99 | 22,90 | 16,10 | 79,30 | 556,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ) | 100 | 25,25 | 1,10 | 0,20 | 3,80 | 24,00 |
| 2011 | 102 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 250 | 9,54 | 5,70 | 5,40 | 18,90 | 147,00 |
| 2011 | 269 | БИТОЧКИ ОСОБЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (100/5) | 105 | 71,43 | 15,80 | 24,50 | 12,60 | 333,00 |
| 2011 | 203 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 180 | 15,57 | 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 | 60 | 3,78 | 4,60 | 0,40 | 30,10 | 142,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,10 | 1,30 | 0,20 | 8,50 | 41,00 |
| Итого | | | | 153,07 | 36,10 | 38,50 | 135,40 | 1 032,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 6,20 | 1,50 | 2,00 | 14,90 | 83,00 |
| 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 (ГРУША) | 120 | 39,48 | 0,50 | 0,40 | 12,40 | 56,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 1,98 | 2,00 | 0,30 | 12,70 | 61,00 |
| Итого | | | | 102,17 | 14,20 | 13,50 | 49,30 | 378,00 |
| Всего | | | | 348,23 | 73,20 | 68,10 | 264,00 | 1 966,00 |

Повар Шенкаренко (Н.Н.Шенкаренко)