

## МЕНЮ

" 28 " 11 2024 г.

12-18 лет

## 4 день

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда                          | Выход | Цена, руб.    | Химический состав |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---|-------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|                  |               |   |       |               | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |
| <b>Завтрак</b>   |               |   |       |               |                   |              |               |                               |
| 2011             | 71            | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ) | 100   | 22,22         | 0,80              | 0,10         | 2,50          | 14,00                         |
| 2023             | 81            | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (100/20)  | 120   | 76,42         | 22,70             | 7,10         | 2,20          | 164,00                        |
| 2011             | 312           | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                           | 180   | 28,25         | 3,80              | 6,20         | 25,70         | 174,00                        |
| 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                         |
| 2008             |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 30    | 1,98          | 2,00              | 0,30         | 12,70         | 61,00                         |
| <b>Итого</b>     |               |   |       | <b>158,29</b> | <b>33,40</b>      | <b>14,20</b> | <b>82,80</b>  | <b>591,00</b>                 |
| <b>Обед</b>      |               |   |       |               |                   |              |               |                               |
| 2008             |               | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ            | 100   | 24,01         | 1,90              | 8,90         | 7,70          | 93,00                         |
| 2011             | 113           | СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ                          | 250   | 3,67          | 2,90              | 5,70         | 14,30         | 120,00                        |
| 2023             | 12            | ЧАХОХБИЛИ ИЗ КУР                            | 100   | 57,92         | 18,10             | 19,20        | 3,90          | 261,00                        |
| 2021             | 3/1           | РИС С ОВОЩАМИ                               | 180   | 13,94         | 4,00              | 5,20         | 38,00         | 215,00                        |
| 2021             | 8/1           | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 200   | 1,88          | 0,40              | 0,00         | 10,50         | 44,00                         |
| 2008             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 50    | 3,78          | 3,80              | 0,30         | 25,10         | 118,00                        |
| 2008             |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 40    | 2,64          | 2,70              | 0,40         | 17,00         | 82,00                         |
| <b>Итого</b>     |               |   |       | <b>107,84</b> | <b>33,80</b>      | <b>39,70</b> | <b>116,50</b> | <b>931,00</b>                 |
| <b>Полдник</b>   |               |   |       |               |                   |              |               |                               |
| 2023             | 101           | ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ С ТВОРОГОМ         | 150   | 38,27         | 10,20             | 3,30         | 32,10         | 283,00                        |
| 2021             | 8/1           | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 200   | 1,86          | 0,40              | 0,00         | 10,50         | 44,00                         |
| <b>Итого</b>     |               |   |       | <b>40,13</b>  | <b>10,60</b>      | <b>3,30</b>  | <b>42,60</b>  | <b>327,00</b>                 |
| <b>Всего</b>     |               |   |       | <b>306,26</b> | <b>77,80</b>      | <b>57,20</b> | <b>241,90</b> | <b>1 849,00</b>               |

Повар \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_)