



МЕНЮ

"13" марта 2023 г.

12-18 лет

6 день

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге-тическая ценность, ккал |
|--|---------------|--|-------|-------------------|-------------|--------------|--------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 35 | 4,6 | 8,6 | 7,5 | 128 |
| 2011 | 209 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 40 | 4,9 | 4,5 | 0,3 | 61 |
| 2011 | 175 | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА | 250 | 7,2 | 13,2 | 40 | 308 |
| 2021 | 11 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 3,4 | 2,4 | 18,5 | 110 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 95 |
| Итого | | | | 23,2 | 28,9 | 86,4 | 702 |
| Цена за единицу услуги "завтрак" - 100,00 руб. | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 100 | 1,9 | 8,9 | 7,7 | 119 |
| 2011 | 103 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 250 | 2,8 | 2,8 | 20,2 | 118 |
| 2011 | 259 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 200 | 19 | 21,3 | 20,2 | 348 |
| 2021 | 10 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | | | 9,7 | 39 |
| 2011 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 60 | 4,6 | 0,4 | 30,1 | 142 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 60 | 4 | 0,5 | 25,4 | 122 |
| Итого | | | | 32,7 | 34,3 | 123,1 | 935 |
| Цена за единицу услуги "обед" - 120,00 руб. | | | | | | | |
| Полдник | | | | | | | |
| 2012 | 268 | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 110 | 17,3 | 15,5 | 4,2 | 224 |
| 2011 | 386 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР) | 220 | 6,4 | 5,5 | 8,8 | 117 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,5 | 59 |
| Итого | | | | 25,6 | 21,2 | 25,5 | 400 |
| Цена за единицу услуги "полдник" - 77,90 руб. | | | | | | | |
| Всего | | | | 81,5 | 84,4 | 235 | 2037 |

Повар Шенкаренко (Н.Н. Шенкаренко)