



МЕНЮ
"11" июня 2025 г.
12 -18 лет

8 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								
	384-2017	Рыба запеченная с гренками	105	75,48	10,50	14,63	20,38	268,75
	358-2004	Сырники из творога с молоком сгущенным	70	36,71	9,74	9,16	22,76	209,46
	377-2017	Чай с лимоном	207	4,04	0,53	0,00	9,87	41,60
	пром	Хлеб пшеничный йодир.	60	4,2	4,74	0,60	28,98	140,28
Итого			442	120,43	25,51	24,39	81,99	660,09
Обед								
	71-2017	Овощи натуральные (помидор)	60	13,46	1,10	0,20	3,80	24,00
	124-2004	Щи из свежей капусты со сметаной	200	17,1	1,60	3,44	10,00	70,40
	279/587- 2017	Тефтели 2-в с соусом	90	46,45	7,47	8,30	4,89	142,01
	253 -2017	Капуста жаренная	150	36,03	2,08	4,00	5,08	64,80
	389 -2017	Сок фруктовый	200	12,3	0,00	0,00	20,20	92,00
	пром	Хлеб пшеничный йодир.	30	2,1	2,37	0,30	14,49	70,14
	пром	Хлеб ржаной	48	3,44	2,70	0,54	23,72	110,36
Итого			778	130,88	17,32	16,78	82,18	573,71

Повар  (Н.Н. Шенкаренко)