

МЕНЮ

"10" января 2023 г.

7-11 лет

2 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								
2011	55	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	60	8,30	0,9	3,6	3,9	53
2008	284	ТЕФТЕЛИ (2-И ВАРИАНТ)	90	56,94	8,3	13,7	9,9	195
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	10,94	5,5	6,3	35,1	219
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	29,40	1	0,2	19,6	83
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,51	1,5	0,1	10	47
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	1,3	0,2	8,5	41
Итого				108,41	18,5	24,1	87	638
Обед								
2012	22	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ	60	8,29	0,8	4,1	5,2	62
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	15,67	2,2	5,8	13,2	115
2011	281	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	170	59,49	17,7	22,7	30,8	397
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,25	0,2		10,1	41
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,41	3,4	0,3	22,8	107
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,32	2,3	0,3	14,8	71
Итого				90,43	26,6	33,2	96,7	794
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ	40	5,02	2,4	1,9	30	146
2022	83	МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	200	33,00	5,6	4,9	9,3	105
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ВИНОГРАД)	100	32,86	0,6	0,6	15,4	72
Итого				70,88	8,6	7,4	54,7	323
Всего				269,72	53,7	64,7	238,4	1735

Повар Шенкаренко (Н.Н.Шенкаренко)