

МЕНЮ**"17" марта 2023 г.****7-11 лет****10 день**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2022	82	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ МОРКОВЬ НАРЕЗАННАЯ (МОРКОВНЫЕ ПАЛОЧКИ)	60	0,8	0,1	4,1	21
2022	11т	ЦЫПЛЯТА, ТУШЕННЫЕ С МОРКОВЬЮ И ЛУКОМ	90	8,5	14,4	6,3	190
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,2	21,4	145
2021	12	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,3	3,3	24,7	147
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
Итого				19,6	23,3	75	591
Цена за единицу услуги "завтрак" - 95,00 руб.							
Обед							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4	5,5	63
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,2	5,8	13,2	116
2008	284	ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)	90	8,3	13,7	9,9	195
2011	171.4	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕНИЧНАЯ	150	6,3	8,3	37,2	249
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	19,6	83
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого				22,3	32,4	108,1	814
Цена за единицу услуги "обед" - 115,00 руб.							
Полдник							
2011	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	105	11,1	8,3	8,7	159
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА)	180	5	4,4	7,4	94
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУША)	100	0,4	0,3	10,3	47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47
Итого				18	13,1	36,4	347
Цена за единицу услуги "полдник" - 75,00 руб.							
Всего				59,9	68,8	219,5	1752

Повар

(Н.Н.Шенкаренко)