ИП Орлов А.О.

Утверждаю

Директор школы №59

МЕНЮ

"21" декабря 2022 г.

7-11 лет

8 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	50,73	25,9	17,5	24,4	371
	.	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	8,58	2,1	2,5	16,2	85
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,07	0,2		10,1	41
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	14,49	0,4	0,4	9,8	47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,44	1,5	0,1	10	47
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,18	1,3	0,2	8,5	41
Итого				**77,49**	**32,2**	**20,7**	**79**	**642**
Обед								
2011	55	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	60	8,16	0,9	3,6	3,9	53
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	16,21	6,4	4,5	18,6	141
2022	3т	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ С ЛУКОМ	90	25,74	8,2	7,3	8,5	135
2012	151	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ	150	20,11	3,6	5,9	20,5	157
2008	. 411	КИСЕЛЬ	200	6,09	0,1	0,1	27,9	113
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,60	3,8	0,3	25,1	118
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,35	2,6	0,4	17	82
Итого				**82,26**	**25,6**	**22,1**	**121,5**	**699**
Полдник								
2011	428	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	50	2,21	4,4	1,7	30,1	152
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ)	180	19,87	5	4,5	8,1	102
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (БАНАН)	100	25,38	1,5	0,5	21	96
Итого				**47,46**	**10,9**	**6,7**	**59,2**	**350**
Всего				**207,21**	**68,7**	**49,5**	**259,7**	**1791**

Повар _____ (Н.Н.Шенкаренко)