



МЕНЮ

"14" марта 2023 г.

12-18 лет

7 день

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2012	22	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ	100	1,4	6,9	8,8	104
2022	10т	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	100	14,1	19,7	3,2	245
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	6,5	7,6	41,5	280
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	19,6	83
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
Итого				27	34,8	98,8	614
Цена за единицу услуги "завтрак" - 100,00 руб.							
Обед							
2022	82	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ МОРКОВЬ НАРЕЗАННАЯ (МОРКОВНЫЕ ПАЛОЧКИ)	100	1,3	0,1	6,9	35
2022	4т	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И ТОМАТОМ	250	3	4	24,2	147
2022	2т	КОТЛЕТА "ЗДОРОВЬЕ" С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,8	17,8	7,1	235
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	9,9	11,6	44,3	321
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ)	200	5,6	5	9	113
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого				38	39,1	132,8	1048
Цена за единицу услуги "обед" - 120,00 руб.							
Полдник							
2008		ПРЯНИКИ	50	3	2,4	37,5	183
2022	83	МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	200	5,6	4,9	9,3	105
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН)	200	1,8	0,4	16,2	86
Итого				10,4	7,7	63	374
Цена за единицу услуги "полдник" - 77,90 руб.							
Всего				75,4	81,6	294,6	2236

Повар Шенкаренко (Н.Н.Шенкаренко)