

3 день

7-11 лет

"25" января 2023 г.

# МЕНЮ

/В.С.Галенко/

Директор школы №59



Сбор-ник рецен-тип	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	25,65	4,6	8,6	7,5	128
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА	215	23,84	6,1	11,2	43,3	298
2008		ПРЯНИКИ	30	3,77	1,8	1,4	22,5	110
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,25	0,2		10,1	41
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,51	1,5	0,1	10	47
<b>Обед</b>								
<b>Итого</b>								
				56,02	14,2	21,3	93,4	624
2022	82	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ МОСКВЫ НАРЕЗАННАЯ (МОРКОВНЫЕ ПАЛОЧКИ)	60	7,20	0,8	0,1	4,1	21
2011	106	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛКАМИ	250	41,45	10,2	3,5	18,6	148
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	170	91,35	13,6	20,1	28,3	350
2021	10	КОМОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,01			9,7	39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,78	3,8	0,3	25,1	118
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,64	2,6	0,4	17	82
<b>Полдник</b>								
<b>Итого</b>								
				149,43	31	24,4	102,8	758
2011	428	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	50	2,21	4,4	1,7	30,1	152
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,25	0,2		10,1	41
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (БАНАН)	120	33,35	1,8	0,6	25,2	115
<b>Итого</b>								
				36,81	6,4	2,3	65,4	308
<b>Всего</b>								
				242,26	51,6	48	261,6	1690

(Н.Н.Шенкаренко)

Повар