

МЕНЮ

" 13 " октября 2023 г.

7-11 лет

5 день	Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак									
						1,80	5,10	5,30	78,00
2023	103		САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	10,99	14,40	8,90	30,40	260,00
2011	291		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	170	67,22	0,00	0,00	9,70	39,00
2021	10		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,39	3,80	0,30	25,10	118,00
2008			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,60	14,30	70,50	493,00	
Итого					85,20	19,80	14,30	70,50	
Обед									
2011	71		ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60	9,09	0,70	0,10	2,30	14,00
2011	102		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	8,65	5,70	5,40	18,90	147,00
2011	269		БИТОЧКИ ОСОБЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5)	95	69,78	14,30	22,60	11,40	306,00
2011	203		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	13,43	5,50	5,80	30,50	195,00
2011	389		СОК ФРУКТОВЫЙ	200	28,80	1,00	0,20	19,60	83,00
2008			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,88	3,10	0,30	20,10	95,00
2008			ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,06	2,30	0,30	14,80	71,00
Итого					134,69	32,60	34,70	117,60	911,00
Полдник									
2008			ПЕЧЕНЬЕ	30	4,50	2,30	2,90	22,30	125,00
2022	83		МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	200	35,75	5,60	4,90	9,30	105,00
2011	338		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУША)	100	41,67	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого					81,92	8,30	8,10	41,90	277,00
Всего					301,81	60,70	57,10	230,00	1 681,00

Повар _____

12-18 лет

5 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
			100	10,99	1,60	5,10	5,30	76,00
2023	103	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ						
			200	69,13	16,90	10,50	35,70	305,00
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ						
			200	3,39	0,00	0,00	9,70	39,00
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ						
			40	2,88	3,10	0,30	20,10	95,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ						
			20	1,18	1,30	0,20	8,50	41,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ						
				87,57	22,90	16,10	79,30	556,00
Итого								
Обед								
			100	11,11	1,10	0,20	3,80	24,00
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)						
			250	8,65	5,70	5,40	18,90	147,00
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ						
			105	66,23	15,80	24,50	12,60	333,00
2011	269	БИТОЧКИ ОСОБЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (100/5)						
			180	15,57	6,60	7,60	41,90	262,00
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ						
			200	28,80	1,00	0,20	19,60	83,00
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ						
			60	3,60	4,60	0,40	30,10	142,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ						
			20	0,98	1,30	0,20	8,50	41,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ						
				134,94	36,10	38,50	135,40	1 032,00
Итого								
Полдник								
			20	2,40	1,50	2,00	14,90	83,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ						
			20	16,77	4,60	5,90	0,00	73,00
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)						
			200	35,75	5,60	4,90	9,30	105,00
2022	83	МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ						
			120	42,00	0,50	0,40	12,40	56,00
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУША)						
			30	1,47	2,00	0,30	12,70	61,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ						
				98,39	14,20	13,50	49,30	378,00
Итого								
Всего				320,90	73,20	68,10	264,00	1 966,00

Повар _____



