

Е.А. Терещенков

МЕНЮ


" 10 " октября 2023 г.

7-11 лет

2 день

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	7,18	1,10	5,30	4,60	55,00
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5)	95	72,17	11,70	21,50	8,60	275,00
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	20,20	86,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,44	1,50	0,10	10,00	47,00
Итого				123,02	20,80	32,90	73,90	658,00
Обед								
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	9,16	0,80	3,70	5,00	56,00
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	11,34	3,60	4,60	18,80	144,00
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	170	67,22	14,40	8,90	30,40	260,00
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,34	0,20	0,00	10,10	41,00
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	15,33	0,40	0,40	9,80	47,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,60	3,80	0,30	25,10	118,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,76	2,00	0,30	12,70	61,00
Итого				109,75	25,20	18,20	111,90	727,00
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ	30	3,35	1,80	1,40	22,50	110,00
2022	83	МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	200	35,75	5,60	4,90	9,30	105,00
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН)	100	30,24	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого				69,34	8,30	6,50	39,90	258,00
Всего				302,11	54,30	57,60	225,70	1 643,00

Повар





МЕНЮ

" 10 " октября 2023 г.

12-18 лет

2 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	11,95	1,90	8,90	7,70	91,00
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (100/5)	105	73,18	12,90	23,30	9,50	299,00
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	15,57	6,60	7,60	41,90	252,00
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
Итого				132,38	25,50	40,30	98,80	830,00
Обед								
2011	62	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	15,27	1,40	6,10	8,30	93,00
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	11,34	3,60	4,80	18,80	144,00
2011	291	ГЛАЗЕ ИЗ ПТИЦЫ	200	69,13	16,90	10,90	38,70	305,00
2021	81	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,86	0,40	0,00	10,30	44,00
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	15,33	0,40	0,40	9,30	47,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,80	4,80	0,40	30,10	142,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	2,94	4,00	0,30	25,40	122,00
Итого				119,47	31,30	22,30	138,60	897,00
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ	20	1,78	1,20	0,30	16,00	73,00
2011	15	Сыр (ПОРЦИОНАМ)	20	18,77	4,90	3,30	0,00	73,00
2022	83	МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	200	38,79	8,60	4,90	9,30	105,00
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АЛЬСАН)	100	30,24	0,90	0,20	8,10	43,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,23	1,70	0,20	10,60	51,00
Итого				95,77	14,90	13,10	43,90	345,00
Всего				327,62	70,90	74,90	280,40	2 072,00

Повар



