

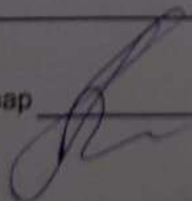
" 28 " 09 2023 г.

7-11 лет

4 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60	8,18	0,50	0,10	1,50	8,00
2023	81	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (90/10)	100	63,34	18,90	5,90	1,80	137,00
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	24,74	3,30	5,30	22,30	137,00
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	28,80	1,00	0,20	20,20	86,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,52	2,70	0,20	17,60	83,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,76	2,00	0,30	12,70	61,00
<b>Итого</b>				<b>129,34</b>	<b>28,40</b>	<b>12,00</b>	<b>76,10</b>	<b>512,00</b>
<b>Обед</b>								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	7,18	1,10	5,30	4,60	55,00
2011	113	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250	3,15	2,90	5,70	14,30	120,00
2011	268	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	90	62,64	20,90	21,10	0,40	274,00
2011	331	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №331	30	2,05	0,60	1,10	2,40	25,00
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	15,28	8,20	9,70	37,00	268,00
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,34	0,20	0,00	10,10	41,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,88	3,10	0,30	20,10	95,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,18	1,30	0,20	8,50	41,00
<b>Итого</b>				<b>95,70</b>	<b>38,30</b>	<b>43,40</b>	<b>97,40</b>	<b>919,00</b>
<b>Полдник</b>								
2023	101	ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ С ТВОРОГОМ	100	22,71	14,20	9,50	32,30	274,00
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,34	0,20	0,00	10,10	41,00
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН)	100	30,24	0,90	0,20	8,10	43,00
<b>Итого</b>				<b>54,29</b>	<b>15,30</b>	<b>9,70</b>	<b>50,50</b>	<b>358,00</b>
<b>Всего</b>				<b>279,33</b>	<b>82,00</b>	<b>65,10</b>	<b>224,00</b>	<b>1 789,00</b>

Повар \_\_\_\_\_



(\_\_\_\_\_)

## МЕНЮ

2023 г.

12-18 лет

6 дней

Сбор- ная рецип- тура	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Углеводный состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белок, г	Жирн., г	Угле- воды, г	
<b>Завтрак</b>								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ (СВЕЖИЕ))	100	11,80	0,90	0,100	2,90	18,00
2020	81	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С СВЕЖИМИ (10000)	120	65,43	22,70	7,100	2,20	198,00
2011	512	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	25,18	3,90	8,20	25,70	178,00
2011	880	КОМ. ФРУКТОВЫЙ	200	28,80	1,30	0,20	19,90	83,00
2008		ХЛЕБ ТУШЕННЫЙ	50	3,60	3,90	0,30	25,10	118,00
2008		ХЛЕБ РУЖНОЙ	20	1,18	1,30	0,20	8,90	47,00
<b>Итого</b>				<b>138,81</b>	<b>33,40</b>	<b>18,10</b>	<b>83,80</b>	<b>694,00</b>
<b>Обед</b>								
2008		МЯС. КОДЛОВОДКА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	11,80	1,30	8,30	7,70	89,00
2011	110	ОУТРАТОЧКА ДОМАШНЯЯ	250	3,13	2,30	5,70	18,30	120,00
2011	289	ПИЦЦА ОУТРАЧНАЯ	100	88,30	23,20	23,90	0,90	305,00
2011	221	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ ИЛИ	30	2,08	0,80	1,10	2,90	25,00
2011	171 3	НАПИТОК РАССЫПЧАТЫЙ ГРЕЧЕВАЯ	180	19,20	8,30	11,70	46,30	321,00
2021	31	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,90	0,40	0,00	10,00	46,00
2008		ХЛЕБ ТУШЕННЫЙ	40	3,60	4,30	0,40	35,10	142,00
2008		ХЛЕБ РУЖНОЙ	40	1,36	2,70	0,40	17,00	80,00
<b>Итого</b>				<b>599,14</b>	<b>48,14</b>	<b>51,60</b>	<b>128,70</b>	<b>1.138,00</b>
<b>Полдник</b>								
2023	301	ПЮРЕ ОВОЩНОЕ ПО СЕЗОНУ С ПЮРЕ (10000)	180	21,72	18,90	12,40	48,00	382,00
2021	31	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,90	0,40	0,00	10,00	46,00
2011	289	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	30	30,18	0,30	0,20	5,10	63,00
<b>Итого</b>				<b>52,60</b>	<b>20,14</b>	<b>12,60</b>	<b>63,00</b>	<b>489,00</b>
<b>Итого</b>				<b>249,55</b>	<b>100,64</b>	<b>78,30</b>	<b>275,50</b>	<b>2.183,00</b>

Подпись





