



Директор школы № 1

МЕНЮ

" 25 " июль 2024 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 | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ) | 60 | 18,66 | 0,50 | 0,10 | 1,50 | 8,00 |
| 2023 | 81 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (80/10) | 100 | 59,72 | 18,90 | 5,90 | 1,80 | 137,00 |
| 2011 | 312 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 25,68 | 3,30 | 5,30 | 22,30 | 137,00 |
| 2011 | 388 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 26,40 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 86,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 35 | 2,65 | 2,70 | 0,20 | 17,60 | 83,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 1,98 | 2,00 | 0,30 | 12,70 | 61,00 |
| Итого | | | | 135,09 | 28,40 | 12,00 | 76,10 | 592,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 60 | 17,29 | 1,10 | 5,30 | 4,60 | 58,00 |
| 2011 | 113 | СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ | 250 | 4,15 | 2,90 | 5,70 | 14,30 | 120,00 |
| 2011 | 288 | ПТИЦА ОТВАРНАЯ | 90 | 68,08 | 20,90 | 21,10 | 0,40 | 274,00 |
| 2011 | 331 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №331 | 30 | 1,88 | 0,60 | 1,10 | 2,40 | 28,00 |
| 2011 | 171.1 | КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ | 150 | 12,87 | 8,20 | 9,70 | 37,00 | 288,00 |
| 2021 | 6 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 1,37 | 0,20 | 0,00 | 10,10 | 41,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,02 | 3,10 | 0,30 | 20,10 | 98,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,32 | 1,30 | 0,20 | 8,50 | 41,00 |
| Итого | | | | 109,98 | 38,30 | 43,40 | 97,40 | 919,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2023 | 101 | ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ С ТВОРОГОМ | 100 | 43,00 | 14,20 | 9,50 | 32,30 | 274,00 |
| 2021 | 6 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 1,37 | 0,20 | 0,00 | 10,10 | 41,00 |
| 2011 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АЛГЕЛЬСКИЕ) | 100 | 27,77 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 |
| Итого | | | | 72,14 | 15,30 | 9,70 | 50,50 | 358,00 |
| Всего | | | | 317,21 | 82,00 | 65,10 | 224,00 | 1 789,00 |

Повар



Директор школы № 1

[Signature]

МЕНЮ

" 25 " сентября 2024 г.

12-18 лет

4 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 | | | | | | | | |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ) | 100 | 23,33 | 0,80 | 0,10 | 2,50 | 14,00 |
| 2023 | 81 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (100/20) | 120 | 64,63 | 22,70 | 7,10 | 2,20 | 164,00 |
| 2011 | 312 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 26,92 | 3,80 | 6,20 | 25,70 | 174,00 |
| 2011 | 388 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 26,40 | 1,00 | 0,20 | 19,80 | 83,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,78 | 3,80 | 0,30 | 25,10 | 118,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,32 | 1,30 | 0,20 | 8,50 | 41,00 |
| Итого | | | | 146,38 | 33,40 | 14,10 | 83,60 | 594,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | | ИЖРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 100 | 24,01 | 1,90 | 8,90 | 7,70 | 91,00 |
| 2011 | 113 | СУП-ЛАГША ДОМАШНЯЯ | 250 | 4,12 | 2,90 | 5,70 | 14,30 | 120,00 |
| 2011 | 288 | ПТИЦА ОТВАРНАЯ | 100 | 75,65 | 23,20 | 23,40 | 0,40 | 308,00 |
| 2011 | 331 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №331 | 30 | 1,88 | 0,80 | 1,10 | 2,40 | 25,00 |
| 2011 | 171.1 | КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ | 180 | 15,46 | 9,80 | 11,70 | 44,30 | 321,00 |
| 2021 | 8/1 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 1,91 | 0,40 | 0,00 | 10,50 | 44,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 60 | 3,78 | 4,60 | 0,40 | 30,10 | 142,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,20 | 2,70 | 0,40 | 17,00 | 82,00 |
| Итого | | | | 129,01 | 48,10 | 81,80 | 128,70 | 1 130,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2023 | 501 | ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ С ТВОРОГОМ | 140 | 45,00 | 19,80 | 13,40 | 45,00 | 382,00 |
| 2021 | 8/1 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 1,91 | 0,40 | 0,00 | 10,50 | 44,00 |
| 2011 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АГРЕЛЫСЯ) | 100 | 27,77 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 |
| Итого | | | | 74,68 | 21,10 | 13,80 | 63,80 | 469,00 |
| Всего | | | | 350,07 | 100,60 | 79,30 | 273,90 | 2 193,00 |

Повар

[Signature]

[Signature]



