



МЕНЮ

" 05 " 06 2025 г.

12-18 лет

4 день

Сбор- ник рецеп- тур	№ тех н. кар ты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
177- 2017		Каша пшенная с изюмом	155	16,86	8,20	11,90	46,20	326,00
358- 2004		Сырники из творога с молоком сгущенным	70	36,71	10,68	11,00	27,30	251,36
377- 2017		Чай с лимоном	207	4,04	0,53	0,00	9,87	41,60
пром		Хлеб пшеничный йодир.	60	4,20	4,74	0,60	28,98	140,28
Итого			492	61,81	24,15	23,50	112,35	759,24
Обед								
20-2017		Салат из свежих огурцов	60	9,3	0,75	6,01	2,35	66,60
109 - 2004		Борщ со сметаной	205	15,56	1,36	4,08	10,25	74,40
268/331- 2017		Биточки со соусом	90	48,2	9,50	12,53	10,19	202,51
201- 2017		Макароны отварные	150	11,3	6,55	6,96	36,55	234,86
817- 2022		Компот из плодов свежих (яблоки)	200	4,77	0,20	0,20	30,60	118,20
пром		Хлеб пшеничный йодир.	30	2,10	2,37	0,30	14,49	70,14
пром		Хлеб ржаной	48	3,44	2,70	0,54	23,72	110,36
338- 2017		Фрукты, ягоды свежие (клубника)	100	63	0,90	0,10	0,50	45,00
Итого			883	157,67	24,33	30,72	128,65	922,07
Итого			1375	219,48	48,48	54,22	241,00	1 681,31

Повар

Сид

(Соломенко)