

ИП Орлов А.О.



Утверждаю

Директор школы № 30

МЕНЮ

" 21 " 02 2025 г.

12-18 лет

5 день

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------|---------------|---|-------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 181 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ | 235 | 38,43 | 6,70 | 12,00 | 35,60 | 277,00 |
| 2021 | 11/1 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 19,70 | 3,40 | 2,40 | 21,30 | 121,00 |
| 2011 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) | 100 | 21,32 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,60 | 3,80 | 0,30 | 25,10 | 118,00 |
| Итого | | | | 83,05 | 14,30 | 15,10 | 91,80 | 563,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ) | 100 | 25,26 | 1,10 | 0,20 | 3,80 | 24,00 |
| 2011 | 99 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ | 250 | 15,90 | 1,80 | 5,10 | 10,80 | 97,00 |
| 2011 | 269 | БИТОЧКИ ОСОБЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (100/5) | 105 | 85,12 | 15,80 | 24,50 | 12,60 | 333,00 |
| 2011 | 203 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 180 | 20,72 | 6,60 | 7,60 | 41,90 | 262,00 |
| 2011 | 389 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 28,80 | 1,00 | 0,20 | 19,60 | 83,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,00 | 3,80 | 0,30 | 25,10 | 118,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,00 | 2,00 | 0,30 | 12,70 | 61,00 |
| Итого | | | | 180,80 | 32,10 | 38,20 | 126,50 | 978,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2011 | 209 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 40 | 12,15 | 5,00 | 4,50 | 0,30 | 61,00 |
| 2011 | 15 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 30 | 33,99 | 7,00 | 8,90 | 0,00 | 109,00 |
| 2022 | 83 | МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ | 200 | 31,20 | 5,60 | 4,90 | 9,30 | 105,00 |
| 2011 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУША) | 100 | 33,94 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 15 | 1,00 | 1,00 | 0,10 | 6,40 | 31,00 |
| Итого | | | | 112,28 | 19,00 | 18,70 | 26,30 | 353,00 |
| Всего | | | | 376,13 | 65,40 | 72,00 | 244,60 | 1 894,00 |

Повар