ИП Орлов А.О.

Утверждаю

Директор школы №30

М.А.Батюшина

МЕНЮ

"3" 03 2025 г.

7-11 лет

1 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	42	31,11	4,90	7,40	12,70	137,00
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	10,13	5,00	4,50	0,30	61,00
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА	200	40,71	5,60	10,40	40,30	278,00
2021	12	КАКАО С МОЛОКОМ	200	21,20	4,20	3,30	14,90	108,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,44	1,50	0,10	10,00	47,00
Итого				**104,59**	**21,20**	**25,70**	**78,20**	**631,00**
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60	20,47	0,70	0,10	2,30	14,00
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	15,55	2,20	5,80	13,10	116,00
2011	260	ГУЛЯШ	90	91,28	13,50	15,50	3,30	206,00
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	38,80	3,30	5,30	22,30	137,00
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,55	0,00	0,00	9,70	39,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,60	3,80	0,30	25,10	118,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,19	2,70	0,40	17,00	82,00
Итого				**176,44**	**26,20**	**27,40**	**92,80**	**712,00**
Полдник								
2023	55	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ И ИЗЮМОМ	100	48,84	8,10	2,50	40,00	278,00
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	28,80	1,00	0,20	20,20	86,00
Итого				**77,64**	**9,10**	**2,70**	**60,20**	**364,00**
Всего				**358,67**	**56,50**	**55,80**	**231,20**	**1 707,00**

Повар _____ М.В.Богданова