

ИП Орлов, А.О.



МЕИЮ

" 4 " 04 2025 г.



Директор школы №30

М.А.Батюшина

12-18 лет

1 день

1 день		Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
Сборник рецептур	№ техн. карты				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
			42	31,11	4,90	7,40	12,70	137,00
2011	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	10,13	5,00	4,50	0,30	61,00
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	250	45,64	7,00	12,90	50,20	346,00
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА	200	23,62	4,50	3,50	24,70	150,00
2021	12/1	КАКАО С МОЛОКОМ	40	2,88	3,10	0,30	20,10	95,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		113,38	24,50	28,60	108,00	789,00
Итого								
Обед								
			100	25,26	1,10	0,20	3,80	24,00
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	250	15,58	2,20	5,80	13,10	116,00
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	100	101,52	15,00	17,20	3,60	229,00
2011	260	ГУЛЯШ	180	33,29	3,80	6,20	25,70	174,00
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	3,55	0,00	0,00	9,70	39,00
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	65	3,90	5,00	0,40	32,60	154,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,00	4,00	0,50	25,40	122,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ		187,10	31,10	30,30	113,90	858,00
Итого								
Полдник								
			140	53,20	10,00	3,10	41,20	301,00
2023	55	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ И ИЗЮМОМ	20	22,69	4,60	5,90	0,00	73,00
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	200	28,80	1,00	0,20	20,20	86,00
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	15	1,00	1,00	0,10	6,40	31,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ		105,69	16,60	9,30	67,80	491,00
Итого				406,17	72,20	68,20	289,70	2 138,00
Всего								

Повар _____ М.В.Богданова