

ИП Орлов А.О.



Утверждаю

Директор школы №30

М.А. Батюшина



## МЕНЮ

" 10 " 04 2025 г.

12-18 лет

4 день

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда                             | Выход | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|------------------|------------------------------------------------|-------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                  |                                                |       |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                  |                                                |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 71               | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО<br>СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ) | 100   | 39,39         | 0,80              | 0,10    | 2,50             | 14,00                                    |
| 2023                          | 81               | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С<br>ОВОЩАМИ (100/20)  | 120   | 102,78        | 22,70             | 7,10    | 2,20             | 164,00                                   |
| 2011                          | 312              | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                              | 180   | 40,37         | 3,80              | 6,20    | 25,70            | 174,00                                   |
| 2011                          | 389              | СОК ФРУКТОВЫЙ                                  | 200   | 28,80         | 1,00              | 0,20    | 19,60            | 83,00                                    |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 40    | 2,88          | 3,10              | 0,30    | 20,10            | 95,00                                    |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 30    | 2,40          | 2,00              | 0,30    | 12,70            | 61,00                                    |
| Итого                         |                  |                                                |       | 216,62        | 33,40             | 14,20   | 82,80            | 591,00                                   |
| Обед                          |                  |                                                |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          |                  | ИКРА КАБАЧКОВАЯ<br>КОНСЕРВИРОВАННАЯ            | 100   | 34,23         | 1,90              | 8,90    | 7,70             | 91,00                                    |
| 2011                          | 113              | СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ                             | 250   | 3,91          | 2,90              | 5,70    | 14,30            | 120,00                                   |
| 2023                          | 12               | ЧАХОХБИЛИ ИЗ КУР                               | 100   | 58,08         | 18,10             | 19,20   | 4,00             | 261,00                                   |
| 2021                          | 3/1              | РИС С ОВОЩАМИ                                  | 180   | 16,67         | 4,00              | 5,20    | 38,00            | 215,00                                   |
| 2021                          | 8/1              | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 200   | 2,04          | 0,40              | 0,00    | 10,50            | 44,00                                    |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 50    | 3,00          | 3,80              | 0,30    | 25,10            | 118,00                                   |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 40    | 2,66          | 2,70              | 0,40    | 17,00            | 82,00                                    |
| Итого                         |                  |                                                |       | 120,59        | 33,80             | 39,70   | 116,60           | 931,00                                   |
| Полдник                       |                  |                                                |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2023                          | 101              | ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ С<br>ТВОРОГОМ         | 150   | 50,68         | 10,20             | 3,30    | 32,10            | 283,00                                   |
| 2021                          | 8/1              | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 200   | 1,82          | 0,40              | 0,00    | 10,50            | 44,00                                    |
| Итого                         |                  |                                                |       | 52,50         | 10,60             | 3,30    | 42,60            | 327,00                                   |
| Всего                         |                  |                                                |       | 389,71        | 77,80             | 57,20   | 242,00           | 1 849,00                                 |

Повар

d

М.В. Богданова