Утверждаю

Директор школы №30

М.А.Батюшина

МЕНЮ

"4" марта 2024 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	35	22,98	4,10	6,10	10,60	114,00
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА	200	28,46	5,60	10,40	40,30	278,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	9,59	2,30	2,90	22,30	125,00
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,37	0,20	0,00	10,10	41,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,15	2,70	0,20	17,60	83,00
Итого				**64,55**	**14,90**	**19,60**	**100,90**	**641,00**
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60	20,45	0,70	0,10	2,30	14,00
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	13,55	2,20	5,80	13,10	116,00
2011	260	ГУЛЯШ	90	73,61	13,50	15,50	3,30	206,00
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	27,58	3,30	5,30	22,30	137,00
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,44	0,00	0,00	9,70	39,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,06	3,80	0,30	25,10	118,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,71	2,70	0,40	17,00	82,00
Итого				**144,40**	**26,20**	**27,40**	**92,80**	**712,00**
Полдник								
2023	55	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ И ИЗЮМОМ	100	48,19	14,60	8,90	42,70	311,00
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,37	0,20	0,00	10,10	41,00
Итого				**49,56**	**14,80**	**8,90**	**52,80**	**352,00**
Всего				**258,51**	**55,90**	**55,90**	**246,50**	**1 705,00**

Повар _____ М.В.Богданова