Утверждаю

ИП Пономаренко Р.А.

Директор школы №_30___

М.А.Батюшина

МЕНЮ

"_19_"_09_____2024 г.

12-18 лет

4 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	100	28,89	0,80	0,10	2,50	14,00
2023	81	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (100/20)	120	91,14	22,70	7,10	2,20	164,00
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	28,25	3,80	6,20	25,70	174,00
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	26,40	1,00	0,20	19,60	83,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,64	3,10	0,30	20,10	95,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,20	2,00	0,30	12,70	61,00
Итого				**179,52**	**33,40**	**14,20**	**82,80**	**591,00**
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	31,21	1,90	8,90	7,70	91,00
2011	113	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250	3,67	2,90	5,70	14,30	120,00
2023	12	ЧАХОХБИЛИ ИЗ КУР	100	57,92	18,10	19,20	3,90	261,00
2021	3/1	РИС С ОВОЩАМИ	180	13,94	4,00	5,20	38,00	215,00
2021	8/1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,88	0,40	0,00	10,50	44,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,75	3,80	0,30	25,10	118,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,45	2,70	0,40	17,00	82,00
Итого				**113,82**	**33,80**	**39,70**	**116,50**	**931,00**
Полдник								
2023	101	ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕНЫЕ С ТВОРОГОМ	150	50,40	10,20	3,30	32,10	283,00
2021	8/1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,86	0,40	0,00	10,50	44,00
Итого				**52,26**	**10,60**	**3,30**	**42,60**	**327,00**
Всего				**345,60**	**77,80**	**57,20**	**241,90**	**1 849,00**

Повар _____ М.В.Богданова