ИП Пономаренко Р.А.

Утверждаю

Директор школы №30__

М.А.Батюшина

МЕНЮ

"24" 09 2024 г.

7-11 лет

7 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	18,72	1,10	5,30	4,60	55,00
2011	289	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	85,84	14,40	13,40	17,40	248,00
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	26,40	1,00	0,20	20,20	86,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	1,50	0,10	10,00	47,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,46	1,30	0,20	8,50	41,00
Итого				**133,74**	**19,30**	**19,20**	**60,70**	**477,00**
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60	20,01	0,50	0,10	1,50	8,00
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	11,30	2,20	5,80	13,10	116,00
2023	83	БЕФСТРОГАНОВ	90	35,55	11,20	28,60	5,00	334,00
2021	3	РИС С ОВОЩАМИ	150	11,59	3,40	4,30	31,60	179,00
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,31	0,20	0,00	10,10	41,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,98	2,30	0,20	15,10	71,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,20	2,00	0,30	12,70	61,00
Итого				**83,94**	**21,80**	**39,30**	**89,10**	**810,00**
Полдник								
2011	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	26,34	4,60	7,00	12,10	130,00
2022	83	МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	200	31,20	5,60	4,90	9,30	105,00
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ВИНОГРАД)	100	38,46	0,60	0,60	15,40	72,00
Итого				**96,00**	**10,80**	**12,50**	**36,80**	**307,00**
Всего				**313,68**	**51,90**	**71,00**	**186,60**	**1 594,00**

Повар _____ М.В.Богданова