ИП Пономаренко Р.А.

Утверждаю

Директор школы №30

М.А.Батюшина

# МЕНЮ

"18" 10 2024 г.

## 7-11 лет

**5 день**

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| 2011 | 181 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ | 200 | 27,88 | 5,70 | 10,20 | 30,60 | 237,00 |
| 2021 | 11 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 16,56 | 3,40 | 2,40 | 17,50 | 106,00 |
| 2011 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) | 100 | 13,47 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 35 | 2,32 | 2,70 | 0,20 | 17,60 | 83,00 |
| **Итого** | | | | **60,23** | **12,20** | **13,20** | **75,50** | **473,00** |
| **Обед** | | | | | | | | |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ) | 60 | 12,27 | 0,70 | 0,10 | 2,30 | 14,00 |
| 2011 | 99 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ | 250 | 10,86 | 1,80 | 5,10 | 10,80 | 97,00 |
| 2011 | 269 | БИТОЧКИ ОСОБЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5) | 95 | 75,24 | 14,30 | 22,60 | 11,40 | 306,00 |
| 2011 | 203 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 150 | 19,47 | 5,50 | 5,80 | 30,50 | 195,00 |
| 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 | 20 | 1,46 | 1,30 | 0,20 | 8,50 | 41,00 |
| **Итого** | | | | **148,34** | **27,70** | **34,30** | **103,20** | **831,00** |
| **Полдник** | | | | | | | | |
| 2011 | 209 | ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ | 40 | 10,13 | 5,00 | 4,50 | 0,30 | 61,00 |
| 2022 | 83 | МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ | 200 | 31,20 | 5,60 | 4,90 | 9,30 | 105,00 |
| 2011 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУША) | 100 | 37,86 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 15 | 1,00 | 1,10 | 0,10 | 7,50 | 36,00 |
| **Итого** | | | | **80,19** | **12,10** | **9,80** | **27,40** | **249,00** |
| **Всего** | | | | **288,76** | **52,00** | **57,30** | **206,10** | **1 553,00** |

Повар _____ М.В.Богданова