ИП Пономаренко Р.А.

Утверждаю

Директор школы №30

М.А.Батюшина

МЕНЮ

11. 11. 2024

12-18 лет

6 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	120	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	19,58	5,70	4,80	21,00	151,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	45	14,39	3,40	4,40	33,50	188,00
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ)	200	23,92	5,60	5,00	9,00	113,00
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	13,47	0,40	0,40	9,80	47,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,64	3,10	0,30	20,10	95,00
Итого				**74,00**	**18,20**	**14,90**	**93,40**	**594,00**
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	100	15,15	1,10	0,20	3,80	24,00
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	10,24	3,60	4,60	18,80	144,00
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	123,24	19,00	21,80	20,20	353,00
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,51	0,00	0,00	9,70	39,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	65	3,58	5,00	0,40	32,60	154,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	3,67	4,00	0,50	25,40	122,00
Итого				**159,39**	**32,70**	**27,50**	**110,50**	**836,00**
Полдник								
2023	55	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ И ИЗЮМОМ	140	53,20	10,00	3,10	41,20	301,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	6,37	1,50	2,00	14,90	83,00
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ)	200	22,08	5,60	5,00	9,00	113,00
Итого				**81,65**	**17,10**	**10,10**	**65,10**	**497,00**
Всего				**315,04**	**68,00**	**52,50**	**269,00**	**1 927,00**

Повар _____ М.В.Богданова