ИП Пономаренко Р.А.

Утверждаю

Директор школы №30

М.А.Батюшина

МЕНЮ

"5" 12 2024 г.

7-11 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)	60	20,01	0,50	0,10	1,50	8,00
2023	81	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (90/10)	100	88,53	19,00	5,50	1,80	133,00
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	29,01	3,30	5,30	22,30	137,00
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	30	2,20	2,00	0,30	12,70	61,00
Итого				**167,47**	**27,30**	**11,50**	**68,50**	**472,00**
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	18,72	1,10	5,30	4,60	55,00
2011	113	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250	3,64	2,90	5,70	14,30	120,00
2023	12	ЧАХОХБИЛИ ИЗ КУР	90	52,20	16,30	17,20	3,70	235,00
2021	3	РИС С ОВОЩАМИ	150	11,61	3,40	4,30	31,60	179,00
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,32	0,20	0,00	10,10	41,00
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				**91,59**	**28,30**	**33,00**	**92,90**	**766,00**
Полдник								
2023	101	ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕНЫЕ С ТВОРОГОМ	100	46,31	8,20	3,00	30,00	249,00
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,31	0,20	0,00	10,10	41,00
Итого				**47,62**	**8,40**	**3,00**	**40,10**	**290,00**
Всего				**306,68**	**64,00**	**47,50**	**201,50**	**1 528,00**

Повар _____ М.В.Богданова