ИП Пономаренко Р.А.

Утверждаю

Директор школы №30

М.А.Батюшина

МЕНЮ

"11" 12 2024 г.

7-11 лет

8 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	42	27,63	4,90	7,40	12,70	137,00
2011	175	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	200	29,46	5,70	10,60	32,00	247,00
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,32	0,20	0,00	10,10	41,00
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	13,47	0,40	0,40	9,80	47,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	1,50	0,10	10,00	47,00
Итого				**73,20**	**12,70**	**18,50**	**74,60**	**519,00**
Обед								
2023	103	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	6,02	1,00	3,10	4,20	49,00
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	9,22	5,70	5,40	18,90	147,00
2005	240	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5)	95	51,13	12,80	5,90	8,70	140,00
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	20,25	2,90	4,80	23,80	150,00
2008	411	КИСЕЛЬ	200	7,39	0,00	0,00	28,20	113,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,30	3,80	0,30	25,10	118,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,20	2,00	0,30	12,70	61,00
Итого				**99,51**	**28,20**	**19,80**	**121,60**	**778,00**
Полдник								
2023	63	СЛОЙКА С КЛЮКВОЙ	70	42,54	3,80	10,30	19,00	207,00
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ)	180	21,53	5,00	4,50	8,10	102,00
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУША)	100	37,86	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого				**101,93**	**9,20**	**15,10**	**37,40**	**356,00**
Всего				**274,64**	**50,10**	**53,40**	**233,60**	**1 653,00**

Повар _____ М.В.Богданова