

ИП Орлов А.О.



Утверждаю

Директор школы № 30

*М.А. Богданова*

# МЕНЮ

" 27 " 01 2025 г.

7-11 лет

6 день

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда                            | Выход | Цена, руб.    | Химический состав |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---|-------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|                  |               |   |       |               | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |
| <b>Завтрак</b>   |               |   |       |               |                   |              |               |                               |
| 2011             | 120           | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ          | 180   | 18,44         | 4,10              | 3,50         | 15,10         | 109,00                        |
| 2008             |               | ПЕЧЕНЬЕ                                       | 45    | 14,39         | 3,40              | 4,40         | 33,50         | 188,00                        |
| 2011             | 386           | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ)                | 180   | 22,61         | 5,00              | 4,50         | 8,10          | 102,00                        |
| 2011             | 338           | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)                        | 100   | 21,32         | 0,40              | 0,40         | 9,80          | 47,00                         |
| 2008             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 30    | 2,16          | 2,30              | 0,20         | 15,10         | 71,00                         |
| <b>Итого</b>     |               |   |       | <b>78,92</b>  | <b>15,20</b>      | <b>13,00</b> | <b>81,60</b>  | <b>517,00</b>                 |
| <b>Обед</b>      |               |   |       |               |                   |              |               |                               |
| 2011             | 71            | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ) | 60    | 20,47         | 0,70              | 0,10         | 2,30          | 14,00                         |
| 2011             | 108           | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ                   | 250   | 15,53         | 3,60              | 4,60         | 18,80         | 144,00                        |
| 2011             | 259           | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                           | 170   | 111,70        | 15,70             | 17,60        | 16,10         | 290,00                        |
| 2021             | 10            | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                   | 200   | 3,92          | 0,00              | 0,00         | 9,70          | 39,00                         |
| 2008             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 50    | 3,60          | 3,80              | 0,30         | 25,10         | 118,00                        |
| 2008             |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                   | 50    | 4,00          | 3,30              | 0,40         | 21,20         | 102,00                        |
| <b>Итого</b>     |               |   |       | <b>159,22</b> | <b>27,10</b>      | <b>23,00</b> | <b>93,20</b>  | <b>707,00</b>                 |
| <b>Полдник</b>   |               |   |       |               |                   |              |               |                               |
| 2023             | 55            | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ И ИЗЮМОМ                  | 100   | 48,84         | 8,10              | 2,50         | 40,00         | 278,00                        |
| 2011             | 386           | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ)                | 200   | 25,12         | 5,60              | 5,00         | 9,00          | 113,00                        |
| <b>Итого</b>     |               |   |       | <b>73,96</b>  | <b>13,70</b>      | <b>7,50</b>  | <b>49,00</b>  | <b>391,00</b>                 |
| <b>Всего</b>     |               |   |       | <b>312,10</b> | <b>56,00</b>      | <b>43,50</b> | <b>223,80</b> | <b>1 615,00</b>               |

Повар *А. Богданова М.В.*