



МЕНЮ
" 25 " 11 2024г

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 Чиж Чижикова И.В.