ИП Орлов А.О.

Утверждаю

Директор школы №14

МЕНЮ

"22" 01 2025 г.

7-11 лет

3 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2005	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	64,97	26,70	18,50	21,30	366,00
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	25	7,87	1,80	2,10	13,50	80,00
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	21,32	0,40	0,40	9,80	47,00
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,77	0,20	0,00	10,10	41,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,80	1,90	0,20	12,60	59,00
Итого				**97,73**	**31,00**	**21,20**	**67,30**	**593,00**
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60	27,29	0,50	0,10	1,50	8,00
2022	4	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И ТОМАТОМ	250	19,79	3,00	2,80	24,10	137,00
2011	270	КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (90/5)	95	109,97	11,40	16,70	9,00	232,00
2011	145	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ	150	20,52	3,30	10,60	22,90	205,00
2021	10	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,92	0,00	0,00	9,70	39,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,88	3,10	0,30	20,10	95,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,80	2,30	0,30	14,80	71,00
Итого				**187,17**	**23,60**	**30,80**	**102,10**	**787,00**
Полдник								
2023	63	СЛОЙКА С КЛЮКВОЙ	70	42,98	3,80	10,30	19,00	207,00
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ЙОГУРТ)	180	22,61	5,00	4,50	8,10	102,00
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН)	100	23,28	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого				**88,87**	**9,70**	**15,00**	**35,20**	**352,00**
Всего				**373,77**	**64,30**	**67,00**	**204,60**	**1 732,00**

Повар _____ (Казакова И.А.)