

ИП Орлов А.О

Утверждаю



МЕНЮ

" 25 " 02 2025 г.

12-18 лет

7 день

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---|-------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 100 | 34,23 | 1,90 | 8,90 | 7,70 | 91,00 |
| 2011 | 289 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 230 | 95,71 | 16,50 | 15,40 | 20,00 | 285,00 |
| 2011 | 389 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 28,80 | 1,00 | 0,20 | 19,60 | 83,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,88 | 3,10 | 0,30 | 20,10 | 95,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,40 | 2,00 | 0,30 | 12,70 | 61,00 |
| Итого | | | | 164,02 | 24,50 | 25,10 | 80,10 | 615,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ) | 100 | 36,97 | 0,80 | 0,10 | 2,50 | 14,00 |
| 2011 | 82 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 15,02 | 2,20 | 5,80 | 13,10 | 116,00 |
| 2023 | 83 | БЕФСТРОГАНОВ | 100 | 29,35 | 12,40 | 32,30 | 5,50 | 374,00 |
| 2021 | 3/1 | РИС С ОВОЩАМИ | 180 | 16,43 | 4,00 | 5,20 | 38,00 | 215,00 |
| 2021 | 10 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 3,92 | 0,00 | 0,00 | 9,70 | 39,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 65 | 3,90 | 5,00 | 0,40 | 32,60 | 154,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 60 | 4,00 | 4,00 | 0,50 | 25,40 | 122,00 |
| Итого | | | | 109,59 | 28,40 | 44,30 | 126,80 | 1 034,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2011 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 55 | 29,89 | 6,40 | 9,60 | 16,60 | 179,00 |
| 2022 | 83 | МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ | 200 | 31,20 | 5,60 | 4,90 | 9,30 | 105,00 |
| 2011 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ВИНОГРАД) | 100 | 35,87 | 0,60 | 0,60 | 15,40 | 72,00 |
| Итого | | | | 96,96 | 12,60 | 15,10 | 41,30 | 356,00 |
| Всего | | | | 370,57 | 65,50 | 84,50 | 248,20 | 2 005,00 |

Повар

Жазакова ЦВ