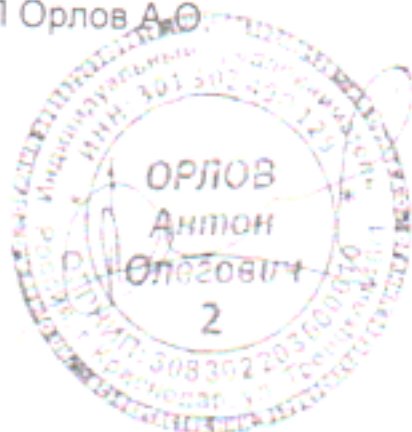


ИП Орлов А.О.



Утверждаю

Директор школы № 14



## МЕНЮ

" 11 " 04 2025 г.

12-18 лет

1 день

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда                               | Выход | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|------------------|--------------------------------------------------|-------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                  |                                                  |       |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                  |                                                  |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 3                | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                | 42    | 31,11         | 4,90              | 7,40    | 12,70            | 137,00                                   |
| 2011                          | 209              | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                                    | 40    | 6,40          | 5,00              | 4,50    | 0,30             | 61,00                                    |
| 2011                          | 174              | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ<br>РИСА                  | 250   | 45,64         | 7,00              | 12,90   | 50,20            | 346,00                                   |
| 2021                          | 12/1             | КАКАО С МОЛОКОМ                                  | 200   | 20,83         | 4,50              | 3,50    | 24,70            | 150,00                                   |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 40    | 2,88          | 3,10              | 0,30    | 20,10            | 95,00                                    |
| Итого                         |                  |                                                  |       | 106,86        | 24,50             | 28,60   | 108,00           | 789,00                                   |
| Обед                          |                  |                                                  |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 71               | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО<br>СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ) | 100   | 25,26         | 1,10              | 0,20    | 3,80             | 24,00                                    |
| 2011                          | 82               | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ                  | 250   | 15,48         | 2,20              | 5,80    | 13,10            | 116,00                                   |
| 2011                          | 260              | ГУЛЯШ                                            | 100   | 101,42        | 15,00             | 17,20   | 3,60             | 229,00                                   |
| 2011                          | 312              | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                | 180   | 33,29         | 3,80              | 6,20    | 25,70            | 174,00                                   |
| 2021                          | 10               | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ                   | 200   | 3,55          | 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                         |                  |                                                  |       | 186,90        | 31,10             | 30,30   | 113,90           | 858,00                                   |
| Полдник                       |                  |                                                  |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2023                          | 55               | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ И<br>ИЗЮМОМ                  | 140   | 53,20         | 10,00             | 3,10    | 41,20            | 301,00                                   |
| 2011                          | 15               | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                   | 20    | 22,69         | 4,60              | 5,90    | 0,00             | 73,00                                    |
| 2011                          | 389              | СОК ФРУКТОВЫЙ                                    | 200   | 28,80         | 1,00              | 0,20    | 20,20            | 86,00                                    |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 15    | 1,00          | 1,00              | 0,10    | 6,40             | 31,00                                    |
| Итого                         |                  |                                                  |       | 105,69        | 16,60             | 9,30    | 67,80            | 491,00                                   |
| Всего                         |                  |                                                  |       | 399,45        | 72,20             | 68,20   | 289,70           | 2 138,00                                 |

Повар

И.И. Казакова И.И.