



Утверждаю

Директор школы №18

/Канунникова С.В./

## МЕНЮ

" 10 " 04 2024 г.

7-11 лет

3 день

| 3 день<br>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                                 |                  |                                                |       |                |                   |         |                  |                                          |
| 2005                                    | 223              | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                           | 150   | 62,84          | 24,10             | 8,30    | 25,50            | 277,00                                   |
|                                         |                  | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ                               | 30    | 7,96           | 2,10              | 2,50    | 16,20            | 95,00                                    |
| 2021                                    | 12               | КАКАО С МОЛОКОМ                                | 200   | 14,90          | 4,20              | 3,30    | 14,90            | 108,00                                   |
| 2011                                    | 338              | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)                         | 100   | 13,46          | 0,40              | 0,40    | 9,80             | 47,00                                    |
| 2008                                    |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 20    | 1,22           | 1,50              | 0,10    | 10,00            | 47,00                                    |
| Итого                                   |                  |                                                |       | 100,38         | 32,30             | 14,60   | 76,40            | 574,00                                   |
| Обед                                    |                  |                                                |       |                |                   |         |                  |                                          |
| 2011                                    | 71               | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО<br>СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ) | 60    | 20,00          | 0,50              | 0,10    | 1,50             | 8,00                                     |
| 2022                                    | 4                | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И<br>ТОМАТОМ         | 250   | 16,40          | 2,80              | 4,50    | 23,90            | 148,00                                   |
| 2023                                    | 83               | БЕФСТРОГАНОВ                                   | 90    | 30,25          | 10,00             | 17,10   | 3,60             | 200,00                                   |
| 2011                                    | 145              | КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ                    | 150   | 17,42          | 3,30              | 10,60   | 22,90            | 205,00                                   |
| 2021                                    | 10               | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ                 | 200   | 3,44           | 0,00              | 0,00    | 9,70             | 39,00                                    |
| 2008                                    |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 40    | 2,45           | 3,10              | 0,30    | 20,10            | 95,00                                    |
| 2008                                    |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 40    | 2,71           | 2,70              | 0,40    | 17,00            | 82,00                                    |
| Итого                                   |                  |                                                |       | 92,67          | 22,40             | 33,00   | 98,70            | 777,00                                   |
| Полдник                                 |                  |                                                |       |                |                   |         |                  |                                          |
| 2023                                    | 63               | СЛОЙКА С КЛЮКВОЙ                               | 70    | 42,98          | 3,70              | 10,20   | 19,00            | 207,00                                   |
| 2011                                    | 386              | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ<br>(ЙОГУРТ)              | 180   | 21,53          | 5,00              | 4,50    | 8,10             | 102,00                                   |
| 2011                                    | 338              | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ВИНОГРАД)                       | 100   | 41,31          | 0,60              | 0,60    | 15,40            | 72,00                                    |
| Итого                                   |                  |                                                |       | 105,82         | 9,30              | 15,30   | 42,50            | 381,00                                   |
| Всего                                   |                  |                                                |       | 298,87         | 64,00             | 62,90   | 217,60           | 1 732,00                                 |

Повар

Пап

(Папина Н.С.)